JUILLET 2013 - N°271

Cuisine Actuelle

cuisineactuelle.fr

2€

Chou à la mousse de fraise

FRAMBOISES
Dégustez-les sucrées et même salées !

GASPACHO new-look

Cuisinez avec des ROSES

ROSE BONBON
Une Barbie en pâte à sucre

CRABE FARCI
Notre leçon filmée

120 recettes pour voir la vie en *rose*

GROUPE PRISMA MEDIA
M 01379 - 251 - F: 2,00 €

JUILLET 2013 - BEL : 2,30 € - CH : 4,40 CHF - CAN : 4,50 CAD - D : 3,80 € - ESP : 2,50 € - GR : 2,50 €
ITA : 2,50 € - LUX : 2,30 € - PORT. CONT. : 2,50 € - DOM : Avion : 3,20 € - Maroc : 25 DH - Tunisie : 3.2 TND
Zone CFA Avion : 2 500 XAF ; Bateau : 1 500 XAF - Zone CFP Avion : 950 XPF ; Bateau : 350 XPF.

LES GROS ŒUFS MATINES font les meilleures recettes !

Matines

www.matines.com

304 www.trenta.fr

Spécial rose

C'est la couleur de la passion, et notre passion, c'est la cuisine ! Hommage au rose dans ce numéro collector. Crabe, framboise, tarama, rosé... Le bonheur !

Roseraie à croquer

Irrésistible ! Tout un bouquet à offrir à vos invités.

GLAÇAGE POUR 1 GÂTEAU DE 8 PARTS

Fouettez en crème 300 g de **mascarpone** et 300 g de **beurre** mou. Ajoutez 200 g de **sucre glace** et parfumez du jus d'**1 citron.** Divisez en trois et incorporez du **colorant alimentaire rouge** de façon à obtenir trois nuances de rose. Couvrez le gâteau à la poche à douille cannelée en commençant par le bas. Terminez par des points ça et là pour rompre l'uniformité.

CUISINEZ EN *rose*

INDEX

JUILLET 2013 - N° 271

Entrées froides

Barquettes d'endive au tarama 58
Billes de chèvre aux raisins 43
Cake marin au tarama 58
Chantilly au tarama 58
Cocktail de crabe 57
Cocktail Pink Martini 43
Gaspacho à la betterave et à la pastèque 55
Gaspacho blanc et rose 40
Gaspacho rojo 59
Ice gaspacho 55
Le dragon de Chine 59
Makis minute au tarama 58
Millefeuille de betterave 59
Mousse de tarama à la rose 6
Religieuse girly au tarama et au saumon 58
Rouge mimosa 59
Salade cocktail 58
Salade de fèves et poivrades 84
Salade de pastèque à la tomme de brebis 26
Sandwich grec au tarama 58
Saumon cru salé-fruité 36
Tarte fine au saumon fumé 84
Verrines d'avocat et crevette 45
Vin de framboise 38

Entrées chaudes

Chips pourpres 59
Crevettes coco à la tahitienne 46
Crevettes et nectarines au sésame 46
Croissants au tarama 58
Croque-saucisse aux piquillos 43
Mini palmiers au romarin 43
Œufs du poisson-poule 58
Salade tiède de magret, vinaigrette rose 36
Salade tiède de rouget 24
Tortilla roquette et jambon 24

Poissons

Brochettes de gambas, écrasée de pommes de terre 44
Crabe farci à la rémoulade fruitée 67
Maquereaux aux épices cajun 84
Pasta rosa 58
Rôti de lotte au parme 26
Rougets à la provençale 24
Saumon tiède aux tomates 84
Saint-jacques snackées au coulis de framboises 38

P. 26

Viandes

Bortsch soir d'été 40
Côtelettes d'agneau et wok vert 86
Navarin à la bretonne 86

Légumes

Poêlée de petits légumes 57
Purée vampire 59

Desserts

Baisers barbe à papa 38
Barbie en pâte à sucre 73
Cake framboise et caramel 38
Cheesecake aux framboises 36
Choux à la mousse de fraise (en couverture) 41
Cœurs noisette 73
Gelée de rose 8
Glaçage roseraie 3
Île flottante aux berlingots 86
Infusion de rose au citron vert 7
Pavlova glacée aux framboises et amandes 38
Religieuses à la framboise 36
Roses givrées maison 65
Sorbet pastèque, pistaches et pépites de chocolat 26
Soupe de framboises au basilic 38
Sucettes aux fruits rouges 86
Tarte chocolat framboise 81
Tartelettes au citron et meringue à la rose 9
Trifles cerises et fraises 56
Velouté de fraises au lait ribot 54

PRATIQUE !

Pour accéder à www.cuisineactuelle.fr directement, surveillez dans nos pages le pictogramme ci-contre et flashez-le avec votre smartphone. Vous devez avoir au préalable téléchargé un logiciel tel que QR Reader (iPhone) ou Mobiletag (iPhone et Android).

SOMMAIRE

3 L'eau à la bouche
Un glaçage qui en jette !

6 Coup d'éclat
Parfum de roses

10 Actualités
Au menu de juillet

PLEINE SAISON P.18

18 Fabienne fait son marché
Nos conseils et bons plans

22 Fabienne cuisine
Produits et recettes de saison

28 Sur un plateau
Pecorino, le petit dur italien

LE DOSSIER p.30

La framboise s'invite de l'entrée au dessert

40 Parti prix
Petit budget, grand plaisir

TENTATIONS P.43

43 L'apéritif
Pink Martini et ses 3 bouchées

44 Péché mignon
Dînettes de crevettes

48 Shopping
La touche girly

50 Tendance
Les baies roses

52 En cave Bulles roses

ÇA CHANGE P.54

54 Variations gourmandes
Gaspacho new-look

56 Délices express
Restauration rapide !

58 Nos 10 idées avec…
…du tarama

59 Enfants
Le dragon de Chine

60 Effet de style
Le rose en apothéose

62 En cave 12 rosés

64 Jolis restes
Rien ne se perd !

SAVOIR & FAIRE P.65

65 Fait maison
Mes roses givrées

66 Pas si classique
Le crabe farci

68 Shopping
Le rayon rose

70 Dans les rayons
Goûtés pour vous en juillet

72 Mode d'emploi
Décors rose bonbon

74 Guide d'achat
Électro rose

76 L'atelier Secrets de pro

79 Banc d'essai
Les glaces à la fraise

80 Balades
Toulouse, la Ville rose

81 En direct de…
…notre site web :
tarte chocolat framboise

82 Pique-assiette
La planète rose

+ 8 FICHES p.83

Abonnez-vous vite
Appelez le 0826 963 964
(0,15 €/min) ou reportez-vous page 42

Rejoignez la communauté de Cuisine Actuelle sur Facebook

Cuisine Actuelle est en vente chez certains marchands de journaux avec son livre au prix global de 5,95 € en France métropolitaine / 6,25 € en Belgique et au Luxembourg / 10 CHF en Suisse / 7 € dans les DOM (bateau). Vous pouvez commander le livre seul en écrivant à Cuisine Actuelle 62 066 Arras Cedex 09 France. Prix spécial abonnés : le livre 3,95 € en France métropolitaine (frais de port inclus, offre limitée à un exemplaire par abonné et dans la limite des stocks disponibles). Merci de joindre un chèque à l'ordre de Cuisine Actuelle. Pour les abonnés en Suisse, en Belgique et au Luxembourg : nous contacter au 00 33 825 07 11 96. Les non-abonnés peuvent obtenir le livre pour 3,95 € + 8 € de frais de port en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles. Au sein du magazine figurent une carte Edigroup jetée sur Suisse et Belgique, un encart Enfant Magazine jeté sur abonnés et un encart Prisma Média jeté sur une sélection d'abonnés.

PEFC
PEFC/10-31-1410
PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT

Parfum de roses

La reine des fleurs apporte délicatesse et suavité à nos recettes.

Le sel rose de l'Himalaya

Non raffiné, ce sel naturel non iodé, très riche en oligoéléments, s'est formé après la disparition d'un océan il y a plusieurs dizaines de millions d'années dans la région de l'Himalaya. Il contient notamment du magnésium, du potassium, du calcium et du fer, qui lui donne sa belle couleur. Ses cristaux pailletés aux nuances variées le rendent très décoratif. À dénicher mouliné, en grains ou en morceaux dans les épiceries fines.

Mousse de tarama à la rose

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
RÉFRIGÉRATION : 2 H

100 g d'œufs de cabillaud • 100 g de cream cheese • 50 g de crevettes roses cuites et décortiquées • 1/2 pomme verte • 1 citron jaune • 4 cuil. à soupe de crème liquide • 2 cuil. à soupe de crème fraîche épaisse • 1 cuil. à café de pétales de roses séchés • 1 cuil. à café d'eau de rose • sel, piment de Cayenne.

HACHEZ les crevettes. Mixez les œufs de cabillaud avec le cream cheese, la crème épaisse, la moitié du jus du citron et l'eau de rose. Assaisonnez. Incorporez les crevettes, les pétales de roses émiettés et la crème liquide fouettée.
PELEZ, épépinez et râpez la pomme. Arrosez de jus de citron, poivrez et répartissez dans six coquilles d'œufs vidées, lavées et séchées. Ajoutez la mousse de tarama et lissez en dômes. Posez les œufs dans des coquetiers. Réfrigérez 2 h.
AU MOMENT DE SERVIR, calez les œufs avec des cristaux de sel de l'Himalaya posés sur un lit de gros sel ou dans un plat à œuf rempli de sel.

CONSEIL **À défaut d'œufs de cabillaud, utilisez un tarama tout prêt.**

Infusion de rose au citron vert

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 5 MIN
INFUSION : 15 MIN

• 1 litre d'eau de source • 2 sachets de verveine à infuser • 3 citrons verts • 7 boutons de roses séchés (non traités) • sucre rose.

ÉBOUILLANTEZ la théière. Versez-y l'eau portée à ébullition. Ajoutez les sachets de tisane, une languette de zeste de citron et les boutons de roses. Couvrez et laissez infuser 15 min. Retirez les sachets et ajoutez le jus des citrons.
SERVEZ dans des verres décorés d'une rondelle de citron avec du sucre coloré.

SUCRE TEINTÉ **Vous pouvez colorer vous-même votre sucre. Versez du sucre cristallisé dans un sachet de congélation. Ajoutez un peu de colorant alimentaire en poudre ou liquide et secouez. Pour plus de saveurs, ajoutez un morceau de gingembre confit dans votre infusion.**

Mon jardin en infusion

La nature foisonne de fleurs et plantes aux vertus désaltérantes ou curatives. Elles servent à la préparation de tisanes classiques ou de boissons originales : rose, lavande, verveine, menthe, basilic, mélisse, tilleul, bourrache ou sauge. À utiliser seules ou en mélange, selon l'inspiration. Mais attention, toutes ne sont pas comestibles et les risques d'intoxication existent. Il faut donc apprendre à les reconnaître.

Les baies roses

Fruits d'un arbrisseau de l'Île Maurice, de La Réunion et d'Amérique du Sud, parfumées, brûlantes et piquantes, elles ont les faveurs de la nouvelle cuisine. On les reconnaît à leur odeur à la fois fraîche et explosive. Subtiles, mais également décoratives, elles vont aussi bien dans les plats salés que les desserts. Mais attention, elles ne supportent pas la cuisson !

Gelée de rose

POUR 3 VERRINES
PRÉPARATION : 20 MIN
REPOS : 12 H
CUISSON : 25 MIN

◆ 500 g de pétales de roses non traitées ◆ 1 l d'eau de source ◆ 2 citrons ◆ 1 kg de sucre avec pectine (spécial gelées) ◆ 2 cuil. à c. de baies roses.

COUPEZ la base blanche des pétales avec des ciseaux. Lavez-les, puis égouttez-les. Placez-les dans un récipient avec l'eau de source et le jus d'1 citron. Laissez reposer pendant 12 h.

FILTREZ le jus en pressant les pétales. Portez-le à ébullition et cuisez pendant 20 min à petits frémissements.

AJOUTEZ le sucre, le jus du deuxième citron, quelques pétales et les baies roses concassées. Laissez mijoter en remuant sans cesse pendant 7 min.

RETIREZ du feu, versez la gelée de rose dans des pots à confiture. Vissez les couvercles, retournez les pots et laissez refroidir. Remettez les pots à l'endroit avant que la gelée soit prise.

CONSEIL Réalisez cette recette avec des pétales de roses non traitées (celles du fleuriste ne conviennent pas). Pour vérifier la consistance de la gelée en fin de cuisson, placez une petite assiette au congélateur. Versez dessus quelques gouttes. Elles doivent gélifier très rapidement.

Tartelettes au citron et meringue à la rose

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
RÉFRIGÉRATION : 20 MIN
CUISSON : 40 MIN

◆ 250 g de pâte sablée ◆ 220 g de sucre ◆ 125 g de beurre + 30 g pour les moules ◆ 6 œufs ◆ 2 citrons bio ◆ 2 cuil. à soupe d'amandes effilées ◆ 3 cl d'eau de rose ◆ 3 cl d'eau de source ◆ 1 cuil. à soupe de sirop à la rose ◆ sucre glace (décoration) ◆ 1 poignée de pétales de roses fraîches (décoration).

ÉTALEZ la pâte. Garnissez-en des moules individuels beurrés. Piquez les fonds. Couvrez-les de papier sulfurisé, lestez avec des légumes secs et réfrigérez 20 min. Cuisez 10 min à th. 6 (180 °C). Retirez le lestage et cuisez 5 min.

RÂPEZ le zeste d'1 citron, pressez les 2 citrons. Battez 3 œufs entiers avec 3 jaunes et 100 g de sucre 2 min. Incorporez le jus de citron, le zeste et le beurre fondu. Répartissez dans les moules à tartelettes. Enfournez et cuisez 10 min.

FAITES FONDRE le reste de sucre dans l'eau de rose, le sirop et 3 cl d'eau de source. Chauffez à 121 °C. Détendez 3 blancs au fouet, puis versez le sirop bouillant en filet sans cesser de fouetter. Battez jusqu'à refroidissement.

RÉPARTISSEZ la meringue sur les tartelettes. Cuisez 10 à 15 min. Laissez tiédir. Poudrez de sucre glace, parsemez d'amandes effilées grillées et décorez de pétales de roses.

CONSEIL Investissez dans un thermomètre à sucre ou surveillez le sirop. Quand les grosses bulles redeviennent petites, la température est bonne.

Eau de rose ou sirop ?

- L'eau de rose s'obtient par distillation des pétales.
- Très parfumée, elle s'utilise en petite quantité. Vérifiez que l'étiquette précise qu'elle est à usage alimentaire, car il existe de l'eau de rose différente en cosmétologie.
- L'essence ou huile essentielle de rose est plus concentrée. Quelques gouttes suffisent.
- Le sirop de rose, très sucré, est parfait pour les desserts.
- L'arôme, naturel ou artificiel, donne la sensation du parfum de rose : ce sont des huiles, extraits, concentrés ou distillats selon les cas, à ajouter avec parcimonie dans votre cuisine.

+ 10 recettes pour un menu rose sur cuisineactuelle.fr

Qu'elles soient salées ou sucrées, ces recettes ultra girly vont épater vos invités. Rubrique Dossiers gourmands/ Tendance cuisine.

Pour accéder directement au site, flashez le code ci-dessus avec votre smartphone.

Au menu de juillet

Les produits qu'on aime, les idées à suivre, les toqués du mois… et les tendances du moment.

Souffle bleu

Inspirées du contraste entre les nuages d'été et le ciel bleu, les 18 pièces de la collection Cirro de LSA International sont ornées d'un décor azuré appliqué à la main.
60,50 € les 4 gobelets ; 54,50 € les 4 grandes assiettes.

Caviar à la cuillère

Qui a dit que le plaisir solitaire est un péché ? Le caviar s'émancipe et quitte les tables étoilées. Il suffit d'ajouter de la glace pilée pour savourer 15 g de caviar aux typiques saveurs de noisette de la production Aquitaine. ***One de Sturia, 36 € (cuillère offerte).***

Bloc Pantone

Ces cinq couteaux aux couleurs pop (cuisine, office, légufruit, à pain et à découper), ont une lame en Inox qui assure une coupe régulière. Ils sont dotés d'un manche surmoulé facile à prendre en main et passent au lave-vaisselle.
Existe aussi en vert pomme, 30 €, Rousselon Frères & Cie.

Homards tracés

Le bracelet du Marine Stewardship Council (MSC), garantit que les homards bleus anglais et normands provenant des côtes du Cotentin et des îles anglo-normandes ont été pêchés dans le respect de la préservation de l'espèce. Du bateau à l'assiette, leur traçabilité est parfaite. Leur fraîcheur aussi, car ils sont vendus vivants.

TENDANCE

On craque pour les chips

Oliviers & Co propose une recette avec les huiles maison. La marque anglaise Tyrrell's ajoute les betteraves jaunes et chioggias à sa gamme. Quant à la marque Sibell, elle joue la carte de l'insolite : foie gras, bouillabaisse… Un régal !

Oliviers & Co, 2,90 € les 40 g ; Tyrrell's, 5,80 € le sachet de 125 g à La Grande Épicerie ; Sibell, 1,35 € les 100 g, grandes surfaces.

EMBARQUEMENT IMMÉDIAT

Ces dessous de verres font rêver de destinations lointaines et de jet-set sous le soleil.

En porcelaine, Jonathan Adler, 59 € les 4, Fleux.

Festin chinois

Pour tous ceux qui se demandent ce que les citoyens de l'empire du Milieu mangent au petit déjeuner, pas besoin de prendre l'avion. La réponse est au Café de la Paix, à Paris, qui propose un menu destiné à ses clients asiatiques, mais aussi aux curieux de toutes nationalités. On peut y goûter les *baozi*, ces brioches vapeur fourrées aux légumes ou à la viande dans un cadre luxueux *(39 €)*.

Un zeste de rosé

À peine alcoolisé, ce sorbet mêle l'acidité sucrée du pamplemousse à la fraîcheur du vin rosé. À siroter sous une tonnelle.

Grand'Dégustations Rosé Pamplemousse, 4,30 € la barquette d'un demi-litre, Thiriet.

AU MENU DE JUILLET

C'est moi qui l'ai fait !

Le temps des commerçants restaurateurs qui vendent des assemblages industriels est-il révolu ? Le Collège Culinaire de France, qui réunit une impressionnante brochette de chefs étoilés, de Bocuse à Ducasse, met en place son propre label, Restaurant de Qualité. Celui-ci réunit sous sa houlette petits et grands de la restauration. Au programme : information sur le contenu des assiettes, garantie d'une cuisine faite maison. Reste à savoir si l'initiative sera suivie…

Des sushis faciles

Incursion savoureuse dans le domaine maritime avec ces tranches moelleuses de saumon d'Écosse signées Delpeyrat *(6,45 € les 130 g, grandes surfaces)*. On les associe à du riz spécial sushi et une sauce de soja sucrée *(3,40 €/450 g et 4,60 €/270 g, Tanoshi, grandes surfaces)* dans des sushis à servir en apéro dînatoire. Recettes sur le site de Tanoshi.

Le triomphe des fruits

L'éditeur Terre Vivante vous propose dans *Mes confitures, compotes, fruits séchés, sirops…* des recettes avec des ingrédients surprenants : sirop d'agave, sucre de bouleau, pâte de fruits crue, beurre de pomme, rubans de framboise… Un vrai cahier de devoirs de vacances gourmands où chaque geste est expliqué (12 €, sur leur site).

UN BEAU TEMPÉRAMENT

Pour poivrer bien uniformément une pièce de viande, le chef Akrame Benallal (Akrame et L'Atelier Vivanda, à Paris) a conçu cette huile, fruit du pressage d'olives italiennes et de grains de poivre. On en badigeonne la viande avant et après la cuisson. Un produit idéal à l'heure des barbecues.

Caractère, huile d'olive bio taggiasche et poivre voatsiperifery, Akrame, 20 € les 25 cl, sur le site Madeleine Market.

ILLUSION PARFAITE

Plus vraie que nature, la bougie radis existe en botte ou à l'unité.

À partir de 39,50 €
Point à la Ligne.

Vent bio sur les rayons

Nouvelle gamme, nouveau design et nouvel étiquetage pour les produits bio Carrefour, dont l'offre s'étoffe d'année en année et qui mise à fond sur l'origine française. Elle fait le plus grand bonheur des petits producteurs et des consommateurs, qui apprécient les prix raisonnables. Les steaks sous vide provenant exclusivement d'animaux nés et élevés en France sont par exemple vendus 26,35 € le kilo.

■ **Adresses en fin de numéro**

« JE NE SUIS PAS DOTÉE DE SIX BRAS
ET NE SAIS PAS MARCHER SUR L'EAU,
ET POURTANT, JE FAIS MES CONSERVES MOI-MÊME. »

Julie, éditrice et maman à plein temps

Les bocaux Le Parfait sont fabriqués en France depuis 1950.

C'est la saison des cerises !

Vous aussi, réalisez sans attendre votre confiture de cerises.
Des cerises bien mûres, une gousse de vanille,
quelques grammes de sucre et votre envie fera le reste.

Retrouvez recettes et conseils sur leparfait.fr

Le Parfait

Pour conserver tout simplement.

LES TOQUÉS DU MOIS

Christophe et **Pénélope Rémy,** ont l'idée, à peine diplômés, de créer des arômes vraiment naturels. Mission accomplie six ans plus tard, avec la création de leur marque, Arômes & Gourmandiz. Après avoir conquis les professionnels, ils se tournent vers les particuliers. Leurs arômes sont constitués d'extraits naturels purs, sans solvant, qu'il s'agisse du litchi, de la noisette, de la rose… Ils sont expédiés par la poste, dans une bouteille en verre sombre qui les protège de l'oxydation, avec un mode d'emploi bien sûr.

Finie la corvée de pluches !

Un bon coup de brosse Yoocook permet de débarrasser les fruits et légumes des traces de terre et des salissures en préservant leur peau, la partie de leur anatomie la plus riche en vitamines et sels minéraux. Bonne nouvelle pour les paresseux et pour les acheteurs de produits bio, qui vont ainsi maximiser leur investissement santé. *6,95 €, (poils souples et poils durs).*

Le lapin assure

Les éleveurs français de la coopérative Nouvelle Agriculture garantissent que leurs animaux sont nourris de produits végétaux naturels, riches en oméga 3 (colza, lin, luzerne) qui leur donnent une santé de fer. Résultat, moins voire plus du tout d'antibiotiques à leur menu et une chair maigre, très riche en protéines et goûteuse. Recettes sur le site de la coopérative.

79%

DES FRANÇAIS

déclarent mal connaître la saisonnalité des produits de la mer et 1 sur 2 estime la préparation du poisson difficile.

Source : enquête Ipsos/ Pavillon France, août 2012.

Pâtisserie à l'anglaise

Les Britanniques les appellent *celebration cakes,* plus appréciés, il faut bien l'avouer, pour leur aspect ludique et leur message que pour leurs qualités gustatives. Un avantage cependant, ils sont suffisamment solides pour être transportés aisément et font la joie des pique-niques chics. *À partir de 9,50 €, Marks & Spencer.*

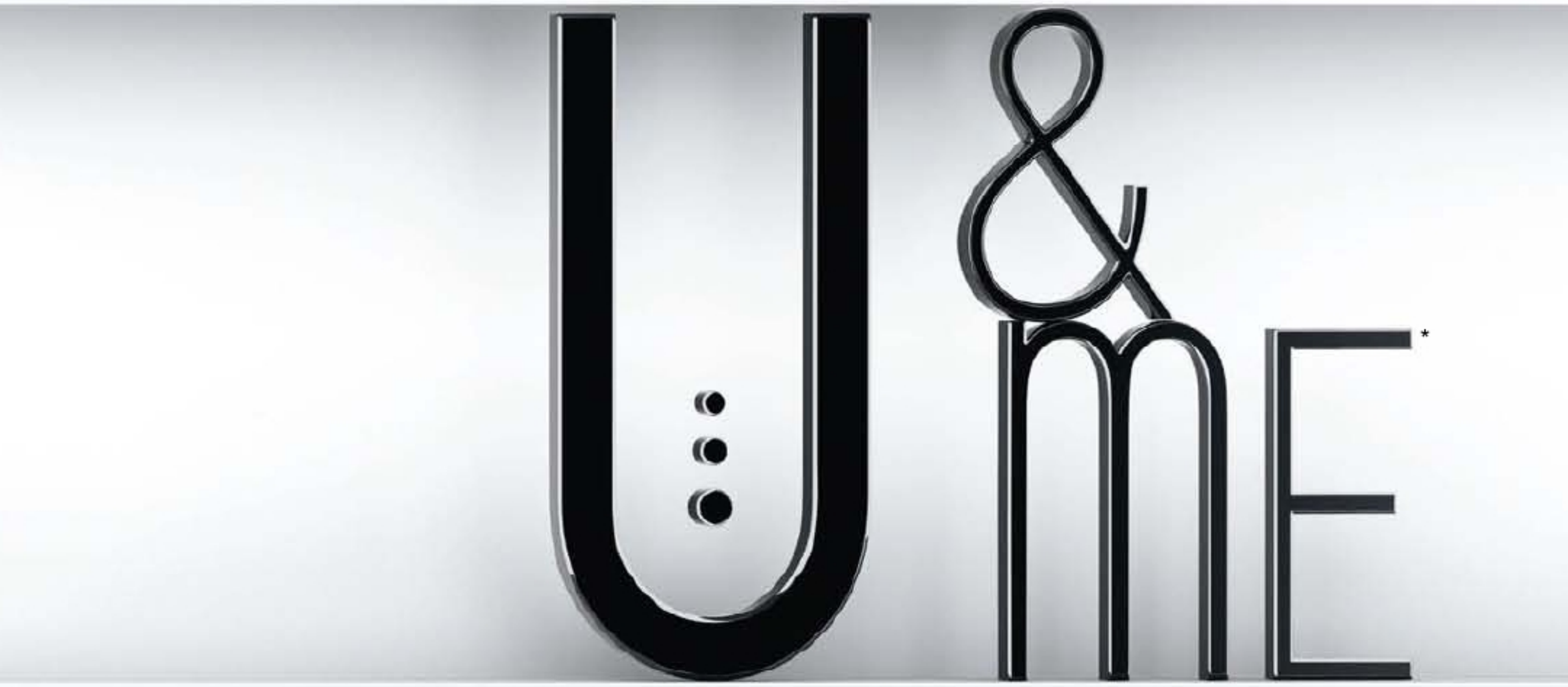
Bouteille fashion

Relooking total pour la bouteille d'eau de source corse St Georges : un régime plastique drastique de 38 à 31 g et une robe signée Philippe Starck. Une vraie star !

2,90 € le pack de 6 x 1,5 l, Monoprix.

Réalisation : Christine Masson

■ **Adresses en fin de numéro**



THE U LIVES LIKE YOU**

*U & Moi **U vit comme vous

NESPRESSO®

Le café corps et âme

Le bon air de la montagne

En ces temps d'anxiété alimentaire, la charte Origine Montagne s'inscrit dans une démarche de transparence et de qualité. Ce label certifie que les porcs sont nés, élevés, abattus et transformés dans la montagne française.

DE SI PETITS KIWIS

Haut comme bien moins que trois pommes, le Nergi, un kiwi taille XXS cultivé dans le sud-ouest de la France, se croque d'un coup avec la peau. Tout aussi gorgé de vitamine C que son cousin poilu, il est le compagnon idéal des petites faims et des pique-niques.

2,50 €/ 125 g.

Tous fous… de café

Le meilleur torréfacteur de France, Sylvain Caron, s'invite dans les cafetières Nespresso avec des capsules compatibles (4,95 € les 10) de crus d'exception d'Éthiopie, du Guatemala, du Nicaragua et du Brésil, torréfiés par ses soins. Profitant de cet engouement, il propose également des produits dérivés : gelée, liqueur, extrait, nappage, et surtout une surprenante huile végétale au café déjà adoptée par plusieurs chefs parisiens. Autre accro, Christophe Serveli, de Terre de Café, propose sous le nom Terre de Capsules des Terroirs bio, un Parfait Expresso et un Colombie Bourbon rouge qui valent le détour (3,50 € à 8 € les 10).

Au cœur des saveurs

Pour fêter les 150 ans des caves Société, à Roquefort, dans l'Aveyron, les maîtres affineurs de la maison accompagneront les visiteurs dans ce haut lieu du fromage à pâte persillée de juillet à septembre. *Entrée 5 €, renseignements sur le site de Roquefort Société.*

THÉ FLASHY OU QUOI ?

Les derniers "biberons" de Betjeman & Barton annoncent la couleur, l'été sera disco, en particulier l'Eau de Fruits thaïe, aux arômes fruités et aux parfums d'épices : noix de coco, pomme, citronnelle, gingembre, cannelle, feuille de myrte citronnée et mangue.

Biberon de thé, 19,20 €/125 g, épicerie fines, boutique maison et sur le site.

Coup d'éclat

C'est toute la richesse des Indes qui s'invite à table avec cette nappe en coton damassé signée Le Jacquard Français. À partir de 120 € (pour le modèle 125 x 125 cm), existe en plusieurs tailles.

Adresses en fin de numéro

DERRIÈRE CHAQUE GRAND CRU, UN GRAIN DE FOLIE.

C'EST UNE TRÈS BELLE HISTOIRE, CELLE D'UNE SÉPARATION.

Dans leur quête de perfection, les Experts café *Nespresso* utilisent le procédé du « split roasting » et l'appliquent au Grand Cru *Ristretto*. Inspirée par le savoir-faire traditionnel des grands torréfacteurs italiens, cette technique sophistiquée consiste à **torréfier séparément les grains selon leur origine**, pour que chaque variété développe idéalement son potentiel aromatique et gustatif.

Ainsi se révèle cet Espresso intense en goût et en corps, au contraste subtil entre **amertume et notes fruitées**. Et de la passion naît ainsi un **Grand Cru d'exception.**

Ristretto

NESPRESSO®

Le café corps et âme

Pleine Saison

Fabien

Chaque mois, Fabienne, journaliste à *Cuisine Actuelle,* nous parle des produits de saison qui la font saliver. Elle nous livre des recettes qu'on va vous redemander.

La langoustine

• **Ne manquez pas** la langoustine vivante, rare à l'étal et au top de la qualité. Car généralement, la langoustine est vendue "glacée", c'est-à-dire posée sur de la glace juste après la pêche, et non surgelée.

• **Elle s'abîme vite.** Vérifiez qu'elle a les yeux bien noirs et les pattes assez raides aux articulations, gonflées et translucides. Attention aux femelles portant des œufs, savoureuses, mais moins appétissantes.

• **Cuisez-la brièvement** au court-bouillon. Plongez-la dans un grand volume de liquide frémissant. Éteignez lorsque l'ébullition reprend et servez tiède plutôt que froid.

> *Je fais mariner mes brochettes à cuire au barbecue (poulet et poisson) dans du lait de coco. Ainsi, elles ne sont pas sèches.*

Les nectarines et brugnons, très pratiques

Je craque pour les pêches, mais j'achète toujours en même temps des brugnons. Leur peau est moins fragile et ils se conservent mieux.

■ **Brugnon ou nectarine ?** Ils ont le même goût, mais le premier a un noyau qui adhère à la chair, contrairement à la seconde, qui permet de couper facilement des tranches pour une salade.

■ **La provenance** est importante. Je privilégie toujours des fruits de France, car les autres sont cueillis durs pour mieux supporter le voyage. Les brugnons et nectarines ne sont pas bons quand ils sont croquants. Pas assez mûrs, ils ont une consistance de carotte ! Ils manquent de sucre et restent fades.

■ **Les meilleurs** brugnons et nectarines sont odorants. Je les conserve à température ambiante sans les empiler. Attention, le réfrigérateur les rend cotonneux. Cette année, la marque Pêches et Nectarines de nos Régions propose une sélection de haute qualité, au taux de sucre élevé garanti, comme cela existe déjà pour les melons.

Mon primeur m'a dit :
"Attention, les pseudo-tomates anciennes des grandes marques n'en ont que le nom. Préférez celles des petits producteurs."
M. Forti, Paris.

ne fait son marché

LES MEILLEURS PRODUITS DE SAISON

Fruits

- Prunes
- Pêche
- ✓ Nectarine et brugnon
- Melon
- ✓ Pastèque
- ✓ Fraises des bois
- Poire d'été

Légumes

- Haricots à écosser
- ✓ Tomates
- ✓ Aubergine
- Courgette
- Basilic
- Poivron
- Piment
- ✓ Betterave chioggia
- Ail

Viandes

- ✓ Selle d'agneau
- ✓ Saucisse de Toulouse
- ✓ Jambon de Parme

Produits de la mer

- Maquereaux
- Calamar
- Anchois
- Sardines
- ✓ Thon
- Bar
- Tourteau
- ✓ Langoustines
- ✓ Rougets

Pleine saison · Début de saison · Fin de saison

La saucisse de Toulouse, en été aussi

Je l'aime l'hiver, car c'est la saucisse parfaite pour le cassoulet et les plats de lentilles. Mais j'ai aussi un faible pour elle aux beaux jours.

■ **J'achète une spirale** large et je la cuis entière au barbecue pour qu'elle garde sa forme et sa taille imposante. Effet assuré auprès des copains ! Attention, comme son diamètre est épais, sa cuisson est longue, d'autant qu'elle ne doit pas être trop près des braises. Pour la retourner sans l'abîmer, il est impératif de l'enfermer dans une grille. Je ne la pique pas avant la cuisson, car si elle perd ainsi un peu de son gras, son jus s'échappe lui aussi, ce qui la rend sèche.

■ **Le label Rouge** a ma préférence. Il garantit des saucisses pur porc, avec 75 % de viande maigre, un assaisonnement au sel et au poivre, ainsi que l'absence d'additifs. Autant de points rassurants, car dans les saucisses de Toulouse ordinaires, la liste des produits en "E…" est parfois longue, et le gras, vraiment excessif !

■ **Dans la région** de Toulouse, il existe une autre appellation, plus exigeante, la "véritable saucisse de Toulouse de fabrication artisanale". Défendue par une quinzaine d'artisans charcutiers de la région, elle fixe en particulier l'utilisation de porc fermier du Sud-Ouest.

"Quand je présente des légumes cuits à la vapeur (asperges, mini carottes, pommes de terre nouvelles…), je les badigeonne légèrement d'huile d'olive au pinceau pour les rendre brillants et plus appétissants."

La selle d'agneau

- **Ce morceau** provient de la partie la plus haute de la cuisse, c'est-à-dire la croupe. Une fois tranché, il reste ce qu'on appelle le gigot raccourci. Sa chair est moelleuse, pas trop grasse, avec un goût vraiment fin.
- **Ne la confondez pas** avec la selle anglaise, qui correspond aux lombaires, et se compose de doubles côtes filet.
- **Elle est vendue désossée.** Entière, elle est délicieuse cuite au four ou en cocotte. Son petit gabarit en fait un morceau parfait pour trois ou quatre personnes. Elle peut aussi être découpée en tranches épaisses. Elle fait alors d'excellentes grillades.

"Pour cuire les artichauts sans qu'ils flottent, je les immerge d'abord complètement dans l'eau la plus chaude possible (sans me brûler !) et je les maintiens au fond jusqu'à ce qu'il ne s'en dégage plus de bulles d'air."

L'aubergine blanche, si fondante

Blanche, parfois animée de reflets verts, cette aubergine peu commune a une chair ferme et dense qui absorbe moins l'huile que les autres variétés. Une fois cuite, elle est particulièrement fondante et on ne peut que craquer pour sa saveur très douce, légèrement sucrée. Comment la choisir ? Belle, tout simplement, d'une pâleur immaculée, avec une peau lisse et brillante, un pédoncule vert, de taille petite ou moyenne pour qu'elle contienne moins de graines. C'est un délice en salade froide ou tiède, avec de l'huile d'olive.

La betterave chioggia

- **D'origine italienne,** cette betterave à peau rouge sombre est vendue crue avec un beau bouquet de feuilles vertes. Surprise ! Une fois coupée en tranches, elle est rayée de cercles rouges et blancs qui font beaucoup d'effet en carpaccio.
- **Achetez-la à l'unité** car elle ne se conserve que quelques jours au frais. Gardez les feuilles qui aident à la préserver.
- **Dégustez-la crue,** pour apprécier sa saveur fine et fraîche, bien moins terreuse que celle de la betterave habituelle, mais aussi pour profiter de son croquant. Ou cuisez-la en chips : la friture mettra en valeur son petit goût sucré et elle gardera son habit rayé très spectaculaire.

Menthe verte ou menthe poivrée ?

La menthe verte, de saveur plus douce, est la plus utilisée en cuisine, que ce soit dans le thé marocain, le mojito ou les salades de fruits. La menthe poivrée, plus forte et un peu camphrée, est intéressante dans les préparations qui exigent une saveur puissante, comme les farces cuites et les sorbets.

Le thon, oui mais avec modération

Depuis quelques années, manger du thon n'est pas bien vu, en raison de la surpêche de certaines espèces. Le fameux thon rouge *(thunnus thynnus)*, en danger, est très peu consommé en France et est vendu très cher. Ce n'est évidemment pas celui qui est servi dans les restaurants japonais courants.

■ **Au marché,** les thons de couleur rouge sont d'espèces tropicales, dont les stocks sont moins menacés. J'en achète un peu, mais pas trop souvent. D'une part parce que ce sont des poissons relativement chargés en métaux lourds, d'autre part parce que leur pêche n'est pas gérée de façon durable.

■ **Le meilleur thon,** notamment pour le tartare, se présente en gros filets, sans déchet, de couleur rouge vif. Il a souvent été décongelé, ce qui implique de ne pas le congeler à nouveau. Les rouelles ou darnes sont bien moins chères, mais il faut retirer la peau et les grosses arêtes, car cuites entières, elles prennent un goût assez corsé qui n'est pas unanimement apprécié.

Les fraises des bois

- **Elles ne poussent pas dans les bois,** mais proviennent de cultures. Elles garantissent un calibre plus gros et suppriment tout risque de contamination par les parasites du chien ou du renard.
- **Même cultivées,** elles ont un parfum sauvage et intense. Veillez à ce qu'elles soient assez colorées et qu'elles aient fière allure dans leur barquette, car elles sont très fragiles et s'écrasent au moindre choc. Vous devrez les croquer dans la journée.
- **Évitez de les laver** pour préserver leur parfum. Cuisinez-les simplement, en salade avec des fraises classiques et surtout en tartelettes, crues, sur une pâte sablée garnie d'une crème vanillée ou citronnée. Le plus appétissant des desserts !

« Mes escalopes de veau sont bien blanches, car je les frotte avant la cuisson avec un demi-citron. Je ne le jette pas et j'utilise le jus pour déglacer la poêle. »

Choisir d'être un éleveur Label Rouge, c'est la garantie :

- D'un élevage fermier, en plein air ou en liberté
- D'un choix de races rustiques, sélectionnées pour leur goût
- D'une agriculture durable non intensive
- D'une traçabilité permanente et de contrôles systématiques sur le mode de production et la qualité.

FranceAgriMer

Label Rouge

Volailles Label Rouge.
Fermiers avant tout !

“Nous sommes 6 000 éleveurs de volailles Label Rouge, à nous engager et à respecter rigoureusement un mode d'élevage fermier, vous garantissant une volaille de qualité supérieure, au bon goût d'autrefois.”

Yves Robert, éleveur à Saint Martin des Noyers

Fabienne cuisine

Le rouget colore l'assiette

- **Différent du rouget grondin,** réservé aux soupes, le rouget barbet est un poisson très fin. Son prix élevé en témoigne.
- **Achetez-le extra-frais,** car il prend vite un goût peu agréable.
- **Choisissez-le entier.** Plutôt qu'acheter des filets préparés, faites-les lever sur les poissons. Comptez-en 2 à 3 par personne.
- **Pour un choix responsable,** optez pour des spécimens d'au moins 18 cm, taille à laquelle ils ont déjà pu se reproduire.

Parme, jambon d'été

- **Autrefois luxueux,** le parme est désormais produit à grande échelle de façon quasi industrielle et normalisée, mais ses méthodes de fabrication sont restées exigeantes. C'est pourquoi on peut toujours l'acheter les yeux (presque) fermés.
- **Plus coûteux** que les jambons crus courants, il se démarque justement par une qualité régulière. Autre atout, il est peu salé, très doux et fruité, et se montre divinement fondant à condition qu'il soit coupé extrêmement fin, à la trancheuse.
- **Sur les plats chauds,** comme par exemple sur une pizza, il doit être posé au dernier moment car sa délicatesse ne supporte pas la cuisson qui le racornit et en fait ressortir tout le sel.

La pastèque, cure de fraîcheur

- **Elle est imposante ?** Oui, et c'est justement ce qui en fait une belle idée de dessert pour un grand barbecue entre amis. Pour quatre, ou même deux, elle existe depuis quelques années en version réduite, moins d'1 kg.
- **Avec pépins,** à peau généralement sombre, c'est la pastèque d'origine, l'authentique. C'est aussi la plus parfumée. Sans pépins, souvent à peau rayée, plus claire, elle est bien plus pratique à déguster, même si ses arômes se font un peu moins prononcés.
- **Dans les deux cas,** elle est rafraîchissante, peu calorique, se garde au réfrigérateur et se sert fraîche, pas glacée. Une fraîcheur qui lui va très bien : mariez-la à la menthe, aux salades de fruits, cocktails, sorbets.

Paris ➡ Milan en 15 minutes

avec le Champignon de Paris

Aujourd'hui avec
le CHAMPIGNON DE PARIS :
les tagliatelles dolce vita.

Quelques minutes suffisent pour préparer chaque jour une nouvelle recette avec le Champignon de Paris. Qu'il soit frais, surgelé ou en conserve, qu'il soit cuit, cru, chaud ou froid, il se prête aux recettes les plus savoureuses. Le plus simplement du monde, le Champignon de Paris s'invite à votre table pour varier les plaisirs.

Le CHAMPIGNON DE PARIS. Le légume qui a tout bon.

Retrouvez toutes les idées recettes sur www.champignonidee.fr

LE CHAMPIGNON PARTICIPE AUX 5 Fruits & Légumes par jour

CAMPAGNE FINANCÉE AVEC LE CONCOURS DE L'UNION EUROPÉENNE ET DE LA FRANCE.

ANICC ASSOCIATION NATIONALE INTERPROFESSIONNELLE DU CHAMPIGNON DE COUCHE

FranceAgriMer

MRM Worldwide - Crédit photo : Jean-Claude Amiel, Illustration : Damien Chavanat

Salade tiède de **rouget** et pommes de terre

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 25 MIN
CUISSON : 30 MIN

◆ **500 g de pommes de terre (chair ferme)** ◆ **8 filets de rougets** ◆ **2 poivrons** ◆ **1 brin de basilic** ◆ **1/2 citron** ◆ **1 gousse d'ail** ◆ **8 cuil. à s. d'huile d'olive** ◆ **sel, poivre.**

FAITES DORER les pommes de terre pelées et coupées en rondelles à la poêle dans 6 cuil. à s. d'huile 25 min.

CUISEZ les poivrons au gril en les retournant. Quand la peau noircit et gonfle, réservez-les dans un sac en plastique 10 min. Pelez, épépinez et coupez-les en lanières.
MÉLANGEZ l'huile restante, le jus du citron, l'ail pressé, le basilic ciselé, sel et poivre.
POÊLEZ les filets 2 min de chaque côté. Placez les poivrons et les pommes de terre mélangés sur des assiettes, posez les filets par-dessus. Arrosez avec la sauce.
VIN : tavel rosé.

BIENTÔT EN MAILLOT ?

Pour une salade légère, faites cuire les pommes de terre à la vapeur. Et ne comptez qu'1 cuil. à soupe d'huile par personne.

Rougets à la provençale

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 25 MIN
CUISSON : 25 MIN

◆ **1 poivron jaune + 1 rouge** ◆ **8 filets de rougets** ◆ **1 aubergine** ◆ **1 oignon** ◆ **1 courgette** ◆ **2 brins de basilic** ◆ **huile d'olive** ◆ **sel, poivre.**

COUPEZ l'aubergine, la courgette et l'oignon en petits dés. Faites-les revenir 20 min dans une sauteuse avec 4 cuil. à s. d'huile, en les gardant un peu fermes. Salez, poivrez.
PELEZ les poivrons à l'épluche-légumes. Retirez-en les pépins ainsi que les côtes blanches, puis faites-les fondre 15 min dans un filet d'huile d'olive. Mixez-les avec du sel.
POÊLEZ les filets dans 1 cuil. à s. d'huile. Assaisonnez. Nappez 4 assiettes de coulis de poivrons. Répartissez les légumes et déposez les filets de rougets dessus. Parsemez de basilic ciselé et servez.
VIN : rosé de Provence.

ESPRIT DE CHEF

Si vous avez de l'huile essentielle de basilic, n'hésitez pas à en ajouter 2 à 3 gouttes, pas plus, dans le coulis de poivrons.

Tortilla roquette et **jambon**

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 30 MIN

◆ **4 œufs** ◆ **8 fines tranches de jambon de Parme** ◆ **3 pommes de terre** ◆ **125 g de roquette** ◆ **1 oignon** ◆ **15 cl d'huile d'olive** ◆ **sel, poivre.**

ÉPLUCHEZ les pommes de terre et l'oignon et coupez-les en rondelles. Dans une poêle, faites-les cuire à feu doux dans l'huile chaude sans laisser colorer, jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Égouttez-les dans un bol.
ÉBOUILLANTEZ les 3/4 de la roquette. Égouttez et hachez. Mélangez doucement les pommes de terre avec les œufs battus, la roquette cuite, le sel et le poivre.
RÉCUPÉREZ 2 cuil. à s. d'huile et chauffez-la dans une poêle. Versez le mélange et cuisez 7 min env. Retournez sur une assiette, chauffez 2 cuil. à soupe d'huile et cuisez l'autre côté 7 min.
POSEZ la tortilla sur un plat. Décorez de jambon et du reste de roquette. Servez chaud ou froid.
VIN : prosecco brut.

RIEN NE SE PERD

Filtrez à travers une passoire très fine l'huile de cuisson des pommes de terre. Vous pourrez la réutiliser dans les jours qui suivent.

Retrouvez l'histoire de Félix Fleury et Lucien Michon, fondateurs de Fleury Michon, en flashant ce code, sur www.fleurymichon.fr ou sur notre page facebook.

Fleury Michon

L'obsession du bon

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE MANGER TROP GRAS, TROP SUCRÉ, TROP SALÉ. WWW.MANGERBOUGER.FR

Rôti de lotte au **jambon de Parme**

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 30 MIN

◆ 800 g de lotte env. ◆ 300 g de spaghettis ◆ 6 tranches fines de jambon de Parme ◆ 4 cuil. à soupe de caviar de tomates séchées ◆ 1 citron bio ◆ 2 brins de basilic ◆ huile d'olive ◆ sel, poivre.

PRÉCHAUFFEZ le four à th. 6-7 (190 °C). Étalez la tomate sur la lotte, puis enveloppez le tout de tranches de jambon cru. Ficelez.
POSEZ dans un plat avec 2 cuil. à s. d'huile et cuisez 30 min env.
CUISEZ les spaghettis. Ébouillantez le zeste du citron prélevé sans sa peau blanche. Égouttez et taillez-le en fines lanières.
MÉLANGEZ le zeste coupé avec un filet de jus de citron, le reste d'huile, le basilic ciselé, puis les spaghettis égouttés. Présentez chaud avec le rôti de lotte.
VIN : graves blanc.

LA BONNE FORME

Choisissez un morceau de lotte épais et de forme régulière. Sinon, prenez deux queues et installez-les tête-bêche après avoir ôté le cartilage central.

Salade de **pastèque** à la tomme de brebis

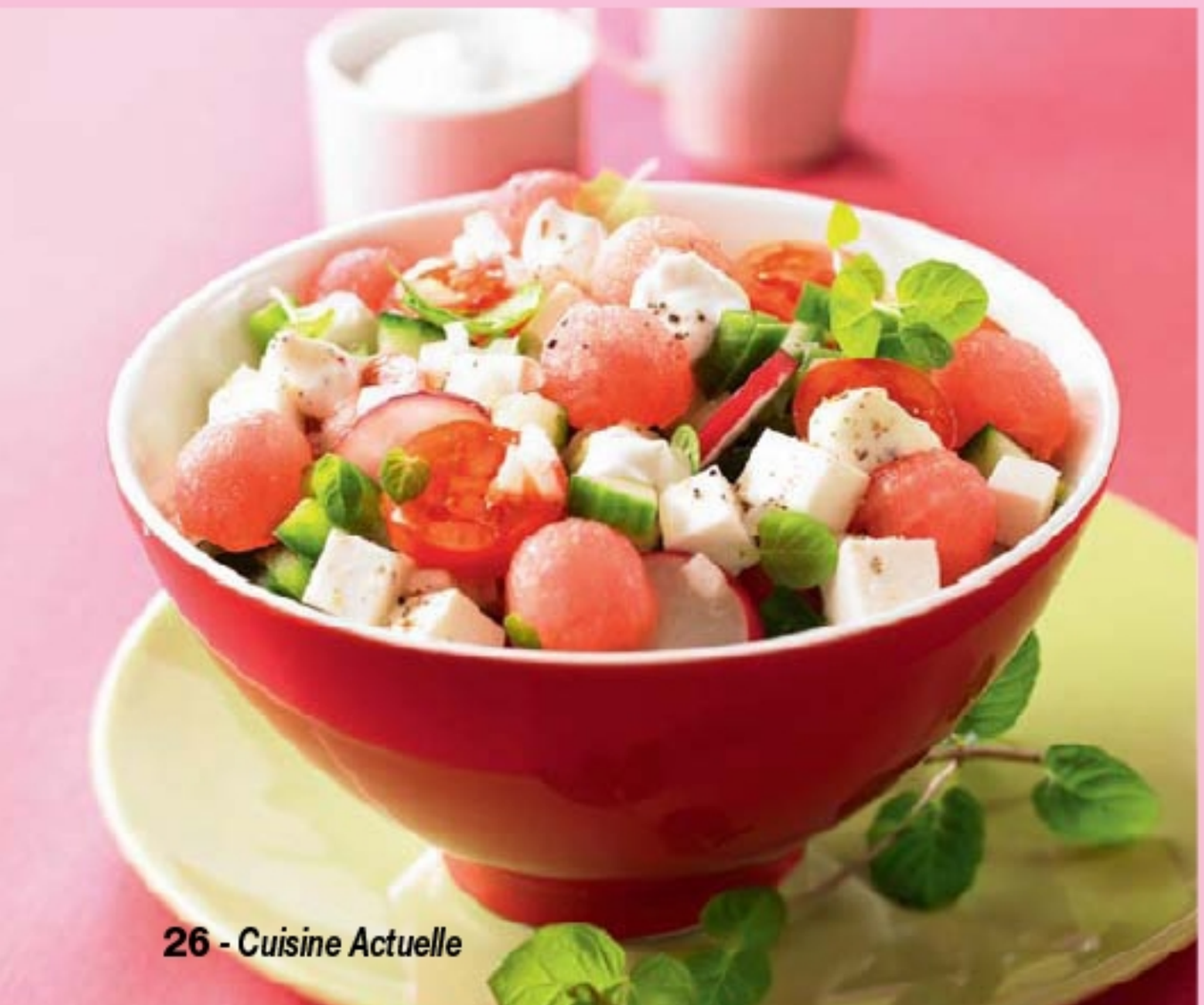
POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN

◆ 125 g de tomme de brebis basque ◆ 300 g de pastèque ◆ 150 g de tomates cerises ◆ 8 radis ◆ 150 g de concombre ◆ 1/2 poivron vert ◆ 2 brins de basilic ◆ 3 cuil. à s. de crème épaisse ◆ 1 cuil. à s. d'huile d'olive ◆ 1 cuil. à s. de jus de citron ◆ sel, poivre.

PRÉLEVEZ DES BILLES dans la pastèque avec une cuillère parisienne. Coupez les tomates en deux, le concombre, le poivron et la tomme en dés, les radis nettoyés en rondelles. Rassemblez le tout dans un saladier et mélangez délicatement avec le basilic effeuillé.
BATTEZ la crème avec l'huile, le citron, du sel et du poivre.
RÉPARTISSEZ dans des bols avec la moitié de la sauce. Servez le reste de sauce à part.
VIN : jurançon sec.

BIEN ÉQUIPÉE

Préférez la cuillère parisienne à 2 tailles de billes, pour la pastèque, le melon, les pommes…



Sorbet **pastèque,** pistaches et pépites de chocolat

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
ATTENTE : 2H30

◆ 800 g de pastèque avec pépins ◆ 125 g de sucre ◆ 2 cuil. à soupe de miel liquide ◆ 50 g de pépites de chocolat ◆ 50 g de pistaches ◆ le jus d'1 citron.

ÉPÉPINEZ la pastèque, mixez la chair avec le sucre, le miel et le citron. Versez dans une sorbetière, turbinez 30 min.
GRILLEZ les pistaches 3 min à la poêle. Laissez refroidir et concassez-les. Quand le sorbet semble pris, ajoutez les pistaches et le chocolat et turbinez 30 secondes.
CONGELEZ le sorbet dans un moule à cake 2 h. Sortez-le 10 min à l'avance, démoulez, faites des tranches épaisses.
VIN : blanquette de Limoux.

AU BOULOT !

Retirer les graines de la pastèque peut sembler laborieux, mais les variétés sans pépins ont souvent une chair plus claire, moins appétissante en sorbet et leur goût est également plus discret.

DANS CHAQUE CHARCUTERIE, IL Y A TOUT MON SAVOIR-FAIRE, ET ÇA J'EN SUIS FIER

Frédéric
charcutier engagé dans la démarche Savoir-Faire Charcutier Français

SAVOIR-FAIRE CHARCUTIER FRANÇAIS

La grande tradition des « chairs-cuitiers » constitue un patrimoine gastronomique riche de plus de 400 produits, codifiés et définis en France dans le « Code des Usages de la Charcuterie »
Pour valoriser encore mieux la qualité à la française, les professionnels artisans et industriels, se sont engagés dans la démarche "Savoir-Faire Charcutier Français" qui garantit que :

- les recettes et savoir-faire français sont **conformes à ce Code des Usages de la Charcuterie,**
- les produits sont de **qualité supérieure**
- et répondent à **des exigences supplémentaires de qualité** (nutritionnelle, process de fabrication…)

Le Savoir-Faire Charcutier Français assure à tous les gourmets un produit élaboré dans les règles de l'art.

PUBLICIS ACTIV - RCS Paris B 337 034 488 - Crédit photo: Markus Mueller - 080380

www.leporc.com

INAPORC
LES PROFESSIONNELS DE LA FILIÈRE PORCINE FRANÇAISE

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE GRIGNOTER ENTRE LES REPAS. WWW.MANGERBOUGER.FR

Pecorino petit dur italien

Très ancien, ce fromage de brebis est issu de contrées arides où poussent les oliviers.

Secret de fabrication

Connue depuis l'Antiquité, cette pâte pressée non cuite produite par les bergers doit son succès à sa longue conservation. En Italie, le terme *pecorino* désigne tous les fromages au lait de brebis. Le plus célèbre est le pecorino romano qui doit être affiné au moins 8 mois. Mais il en existe bien d'autres, issus de diverses régions, comme le pecorino siciliano ou le toscano qui ont leur caractère propre.

Bien le choisir

À l'extérieur, sa croûte est blanche et lisse, sa pâte compacte, friable et d'un blanc jaunâtre. Son goût est salé. Et plus il s'affine, plus il devient piquant.

Il se déguste

Jeune, il est parfait en plateau, car il peut encore se couper au couteau. Plus vieux, passée la première année, on le râpe sur des pâtes, un risotto et des légumes, ou sur des courgettes crues, avec du citron et de l'huile d'olive par exemple. Sur les assiettes italiennes, il sert parfois de complément au grana padano.

À quel pain se fier ?

Le pain frais, à la mie blanche et à la croûte craquante, pour atténuer son caractère bien marqué.

Les bons accords

Un vin rouge italien puissant, par exemple un chianti classico, ou un gigondas.

L'accessoire indispensable

Coffret cadeau

Gruyère, reblochon, chèvres et vin rouge sont joliment croqués sur ces assiettes en porcelaine, toutes différentes. De belle taille (Ø 20,5 cm), vendues par quatre, elles peuvent s'assortir d'un plateau de service décoré des mêmes motifs.

40 € l'ensemble, Comptoir de Famille.

Et aussi...

Bleu des Causses Persillé

Au lait de vache, ce bleu à croûte fleurie est affiné dans des caves naturelles calcaires des Causses, au cœur du terroir aveyronnais. Son affinage dure de 3 à 6 mois. Sa pâte est ivoire, veinée de bleu, sa texture fondante, son goût corsé. Il est parfait en fin de repas, mais aussi cuisiné dans une omelette ou en sauce.

Il se marie parfaitement avec un cornas, un minervois ou un muscat de Rivesaltes.

Curé nantais Made in Loire

Inventé en 1880, ce fromage au lait cru de vache est affiné 4 semaines en cave fraîche et humide sur des planches d'épicéa qui lui donnent sa jolie robe orange. Pendant ce temps, les fromages sont lavés deux fois par jour à l'eau salée ou au muscadet. Son odeur et son goût sont prononcés.

Il se déguste assorti d'un gewurztraminer ou d'un pinot gris. Et les amateurs de vin rouge l'aimeront avec un beaujolais.

Rigotte de Condrieu Un grand chèvre

Fabriqué dans le massif du Pilat, ce petit palet tire son nom du terme "rigot", désignant les ruisseaux qui dévalent les pentes jusqu'à la vallée du Rhône. Labellisé AOC depuis 2009, ce chèvre au lait cru et à la croûte fleurie est oncteux, avec un petit goût de noisette en bouche.

Accord régional avec un condrieu, bien sûr, et aussi un saint-joseph ou un côte-rôtie, selon l'affinage.

Réalisation : F. Haberthur

Adresses en fin de numéro

Harrys

Beau & Bon

Une bonne surprise pour les gourmands.

Suggestion de présentation

Visuels non contractuels

Barilla France SAS – Société au capital de 126 683 296€, enregistrée au RCS de Paris sous le n° 433 225 356, siège 103 rue de Grenelle 75007 Paris - HEREZIE

Nouveau

Pourquoi Beau & Bon ?

Parce que c'est un pain de mie avec une belle forme ronde de pain boulanger, une croûte finement parsemée de graines et de céréales, et une mie savoureuse à la farine moulue sur pierre. Un délice pour vos repas.

TOUTE UNE GAMME À SAVOURER

Visuels non contractuels

0,50 €

DE RÉDUCTION IMMÉDIATE EN CAISSE.

N°SOGEC 0003456836

Sur présentation de ce bon à la caisse de votre magasin hyper ou supermarché, réduction immédiate de 0,50€ à valoir sur l'achat d'un produit Harrys de la gamme Beau & Bon (aux Céréales, à la farine Complète, aux Noix, Campagne, Complet au Seigle, Céréales Lin & Tournesol). Il ne sera accepté qu'un seul bon par produit acheté. L'utilisation de ce bon pour tout autre achat donnera lieu à des poursuites. Ni remboursement, ni échange, ni rendu de monnaie ne pourront être faits sur ce bon. Reproduction interdite. Offre non cumulable valable en France Métropolitaine Corse incluse jusqu'au 31/12/2013. Barilla France SAS – Société au capital de 126 683 296 €, enregistrée au RCS de Paris sous le n°433 225 356, siège 103 rue de Grenelle 75007 Paris.

Harrys

Ça va Mieux quand c'est Mœlleux.

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR. WWW.MANGERBOUGER.FR

Rose framboise

Le fruit star de l'été joue à l'invité surprise, de l'entrée au dessert. On en rosit de plaisir.

Salade tiède de magret, vinaigrette rose

On la sert avec...

...un crozes-hermitage rouge tiré de la syrah pour ses arômes de fruits rouges et noirs et sa finale poivrée.

Chouchoutez-la !

La saison des framboises dure de juin à septembre. Elles sont vendues en barquettes pour limiter les chocs et les manipulations, car elles sont très fragiles. Il en existe de différentes teintes, du noir (à ne pas confondre avec les mûres !) au blanc, en passant par le jaune, le rose et l'orangé. Choisissez-les toujours charnues et brillantes. Et conservez-les à température ambiante, pas plus de 24 heures. Ne les passez surtout pas sous l'eau : c'est inutile et cela les flétrirait.

Cheesecake aux framboises

On le sert avec...

...un blanc moelleux, un monbazillac jeune et sur le fruit, aux arômes puissants et à la finale fraîche.

En vidéo sur cuisineactuelle.fr des conseils pour réaliser ce dessert

Facile à faire et sans cuisson : suivez le pas à pas du chef pour réaliser un cheesecake bluffant en quelques minutes. Rubrique Dossiers gourmands/Recettes en vidéo/ Recettes de chefs.

Pour accéder directement au site, flashez le code ci-dessus avec votre smartphone.

Recettes pages suivantes

Le meilleur du saumon

En Europe, on trouve surtout des saumons provenant d'élevages norvégiens, écossais ou irlandais. Le poisson est d'abord salé, puis fumé à froid, autour de 30 °C. Sans le faire cuire, l'opération de fumage lui donne une texture à la fois délicate et tendre. Le cœur de saumon est la partie la plus épaisse et la moins grasse. Il est vendu en filet non tranché, dans lequel on peut tailler des tranches épaisses ou des cubes, pour mieux sentir le goût et la texture.

Saumon cru salé-fruité

On le sert avec...
...un sancerre blanc jeune et fleuri, pour donner de la fraîcheur à cette entrée puissante et fruitée.

Religieuses craquantes à la framboise

On les sert avec...
...un rosé à bulles alsacien ou bourguignon, aux délicieux arômes de fruits rouges.

Cake framboise et caramel

On le sert avec...
...un thé aux fruits rouges, servi chaud ou glacé selon la saison et l'envie.

La framboise, un trésor !

Aucune raison de se priver de ce petit fruit gorgé de bienfaits pour l'organisme ! La framboise est ultra light, avec environ 40 cal pour 100 g. Elle contient aussi des fibres, de la vitamine C et K, du manganèse, du fer, du calcium et des anthocyanines, de puissants antioxydants lui conférant un effet protecteur contre les maladies cardiovasculaires et les agressions du soleil.

Pavlova glacée aux framboises et amandes

On le sert avec...

...un vin doux naturel, un banyuls grenat aux arômes de fruits rouges et de cacao.

Recettes pages suivantes

Jelly, jello, joli !

Au Moyen Âge, les cuisiniers utilisaient du bouillon de viande pour confectionner des aspics. Ce n'est qu'au XIXe siècle qu'on réussit à produire de la gélatine sans goût permettant de préparer des gelées sucrées. À cette époque, les Anglais et les Américains popularisent les jellies et les jellos : des desserts colorés et tremblotants à la poudre de gélatine aromatisée. Aujourd'hui, on utilise aussi de l'agar-agar, gélifiant venu du Japon tiré d'une algue, connu depuis le XVIe siècle.

On la sert avec...
...un crémant de Loire rosé pour rester dans les arômes de framboise, la fraîcheur et la légèreté.

L'apéritif maison a de nouveau la cote

Passés de mode, les vins, apéritifs et autres liqueurs de grands-mères ? Pas du tout ! Ils sont même très tendance. Par nostalgie ou par goût du naturel, on redécouvre les apéritifs faits à base de feuilles de pêcher, le guignolet de cerisier, les vins de noix, sureau, géranium, romarin ou estragon, aux vertus médicinales, les liqueurs d'orange, de citron…

Recettes pages suivantes

Baisers barbe à papa

Les sirops nous font voir la vie en rose

On aime les sirops tout roses qui parfument et colorent à la fois. Il en existe toute une palette, à base de fruits étonnants (pastèque, cranberry, pamplemousse), mais aussi de fleurs (hibiscus, coquelicot, rose) ou de bonbon (barbe à papa, bubble gum, fraise Tagada, praline rose). On les utilise pour des boissons originales, mais aussi dans les cocktails. Dans les desserts, on les verse en nappage ou on les incorpore à des pâtes à gâteaux, des crèmes ou des salades de fruits.

On les sert avec...

...un rivesaltes rosé bien glacé pour apporter de la fraîcheur et des arômes de bonbons anglais.

Saint-jacques snackées au coulis de framboises

On les sert avec...

...un vin rosé, tel un coteaux-du-vendômois, tiré du pineau d'Aunis, pour ses arômes de fruits rouges et sa finale poivrée qui va réveiller l'ensemble.

Confiture, gelée, coulis ?

Une confiture est obtenue par cuisson de pulpe ou de purée de fruits dans du sucre et de l'eau. La gelée est produite à partir du jus des fruits. Le terme marmelade s'applique quant à lui aux confitures faites avec des agrumes. Et le coulis, une purée de fruits souvent crue, est passé au tamis et plus ou moins sucré. Il se garde comme les fruits frais.

Cheesecake aux framboises

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
REPOS : 4 H

◆ **250 g de Philadelphia** ◆ **250 g de crème liquide** ◆ **400 g de framboises** ◆ **100 g de sucre** ◆ **100 g de sablés bretons** ◆ **50 g de beurre** ◆ **6 g de gélatine en feuilles** ◆ **10 cl de lait** ◆ **1 jaune d'œuf** ◆ **1 brin de menthe.**

ÉCRASEZ les sablés. Mélangez-les avec le beurre fondu. Tassez-les au fond d'un cercle de 20 cm posé sur le plat de service. Réfrigérez.
FAITES TREMPER la gélatine 5 min dans de l'eau froide. Portez à ébullition le lait. Mélangez le jaune d'œuf et 2 cuil. à soupe de sucre. Délayez avec le lait chaud, puis laissez épaissir sur feu moyen. Incorporez la gélatine essorée. Laissez refroidir. Incorporez le Philadelphia et le reste de sucre. Incorporez la crème froide montée en chantilly.
VERSEZ la moitié de la préparation dans le cercle. Ajoutez une couche de framboises. Versez le reste de préparation. Lissez et réfrigérez 4 h.
DÉMOULEZ le cheesecake en glissant une lame le long du cercle. Décorez le gâteau avec le reste de framboises et la menthe fraîche.

CONSEIL Vous pouvez remplacer le Philadelphia par du mascarpone ou du fromage blanc en faisselle très bien égoutté.

Salade tiède de magret, vinaigrette rose

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 15 MIN

◆ **200 g de framboises** ◆ **2 magrets de canard** ◆ **1 sachet de roquette** ◆ **5 cl de vinaigre de framboise** ◆ **4 cuil. à s. d'huile d'olive** ◆ **sel, poivre.**

RÉSERVEZ 120 g de framboises pour le décor. Mixez le reste, filtrez à travers une passoire fine. Entaillez le gras du magret plusieurs fois sans couper la chair.
POSEZ les magrets dans une poêle sans graisse. Allumez sur feu moyen et laissez cuire 10 min. Retournez et cuisez encore 3 min.
LAISSEZ REPOSER les magrets pendant 5 min sur une assiette sous une feuille de papier d'aluminium.
JETEZ le gras de la poêle. Versez le vinaigre de framboise. Portez à ébullition en grattant les sucs de cuisson avec une spatule. Mélangez le vinaigre avec le coulis de framboises. Ajoutez l'huile et 1 pincée de sel.
TRANCHEZ les magrets en recueillant le jus. Ajoutez-le dans la sauce à la framboise.
RÉPARTISSEZ la roquette dans quatre assiettes. Ajoutez les tranches de magret et la sauce. Poivrez. Décorez de framboises entières.

CONSEIL Les magrets rendent beaucoup de gras à la cuisson. Jetez l'excédent au fur et à mesure.

Saumon cru salé-fruité

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN

◆ **400 g de cœur de saumon fumé** ◆ **2 mangues** ◆ **200 g de framboises** ◆ **2 échalotes** ◆ **1 piment rouge** ◆ **4 cuil. à soupe de sauce de soja** ◆ **4 cuil. à soupe de vinaigre de riz** ◆ **4 cuil. à s. d'huile de sésame.**

MÉLANGEZ les échalotes ciselées, le piment épépiné et haché, la sauce de soja, le vinaigre et l'huile dans un bol. Détaillez le saumon en petits cubes.
COUPEZ les mangues de part et d'autre du noyau et taillez la chair en cubes. Mélangez le saumon, les mangues et les framboises. Répartissez dans quatre assiettes. Arrosez de sauce et servez frais.

Religieuses craquantes à la framboise

POUR 8 PERSONNES
PRÉPARATION : 40 MIN
RÉFRIGÉRATION : 1 H
CUISSON : 1 H

Le craquelin
◆ **50 g de beurre** ◆ **60 g de sucre** ◆ **60 g de farine** ◆ **10 gouttes de colorant alimentaire rouge.**
La garniture
◆ **2 g de gélatine (1 feuille)** ◆ **500 g de framboises** ◆ **25 cl de crème liquide** ◆ **25 g de sucre glace** ◆ **8 bonbons roses.**
La pâte à choux
◆ **4 œufs** ◆ **120 g de farine** ◆ **100 g de beurre** ◆ **1 cuil. à café rase de sel** ◆ **1 cuil. à café de sucre.**

MÉLANGEZ les ingrédients du craquelin. Étalez entre 2 feuilles de papier cuisson. Placez 1 h au congélateur.
PRÉPAREZ les choux. Faites fondre le beurre avec le sel, le sucre et 20 cl d'eau. Versez la farine et mélangez sur feu vif jusqu'à ce que la pâte se détache des parois de la casserole. Versez dans une jatte, incorporez les œufs.
CHAUFFEZ le four à th. 6-7 (200 °C). Versez la pâte dans une poche à douille. Espacez 16 tas de pâte sur 2 plaques couvertes de papier cuisson (8 grands et 8 petits).
DÉCOUPEZ 16 disques de dans le craquelin (8 grands et 8 petits). Posez-les sur les tas de pâte. Enfournez les plaques une par une et cuisez 20 à 30 min. Laissez tiédir les choux sur une grille.
MIXEZ 100 g de framboises avec le sucre glace. Filtrez. Trempez la gélatine 5 min dans de l'eau froide. Essorez-la, faites-la fondre à feu doux dans 1 cuil. à soupe de coulis de framboises. Mélangez avec le reste de coulis. Fouettez la crème bien froide en chantilly. Incorporez le coulis. Glissez au frais 15 min.
PERCEZ le fond des petits choux. Remplissez-les de crème à la poche à douille fine. Ouvrez les gros choux. Garnissez-les de framboises, puis de crème (utilisez une douille cannelée). Refermez-les. Collez les petits choux sur les gros avec une rosette de crème. Décorez de crème et de bonbons.

CONSEIL Cuisez les choux à chaleur tournante ou entrouvrez la porte du four après 15 min de cuisson.

Les 10 indispensables

Saveur, senteur, couleur, une déclinaison très framboise de la cuisine à la table.

Régressif

On réveille ses souvenirs de fête foraine avec ce sirop parfum barbe à papa. Pour les boissons et les desserts.

7,70 € les 70 cl, Monin.

Ça mijote en beauté

Assez légère et antiadhésive, cette casserole en céramique et fonte d'aluminium est livrée avec deux maniques en silicone assorties. Joli, flashy et design !

Tous feux, Ø 24 cm, 70 €, Cookut.

La cuisine en couleur

Colorer ses desserts, c'est tendance ! Cette poudre ultraconcentrée s'ajoute à la pâte ou se dilue.

Colorant alimentaire Les Artistes, 16 teintes, 3,95 € les 10 g, Alice Délice.

Plaisir glacé

Crème glacée, sorbet framboise et morceaux de génoise : un régal !

Framboisier, La Laitière, 4,95 € les 44 cl, en grandes surfaces.

Raffinée

Dans un camaïeu de rose, de délicates branches de fruits ornent cette assiette en porcelaine.

Assiette à dessert ou plate, 27 € et 30 € les trois, Guy Degrenne.

Ludique

Pour les apéros d'extérieur, cette coupelle accueille les amuse-bouche et peut faire office de couvre-verre.

En plastique, Ø 12 cm, 5 €, Koziol.

Moule et plat de service

Classique de la cuisine, le plat à cake se pare ici d'une couleur vive et d'un rebord joliment festonné.

Plat en céramique, 32 x 15 x 9 cm, 30 €, Emile Henry.

Douceur

Des macarons aux pépites de framboise pour accompagner le café ou décorer un gâteau.

Étui de 100 g, 3,90 €, Fossier.

Artisanal

Composé de 40 % de pulpe de framboises, ce vinaigre sublime le déglaçage des viandes, assaisonne une salade ou réveille une salade de fraises.

Framboise, À l'Olivier, 9,70 € le flacon de 20 cl, sur le site Madeleine Market.

Larme rose

Ces 5 ml d'eau-de-vie de framboise réveillent desserts, sorbets et cocktails, ou se savourent en trou normand.

20 € les 12 Kapsi, Nicolas.

Réalisation : Marie Fiess

Cake framboise et caramel

POUR 8 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 1 H

◆ **200 g de Carambar** ◆ **200 g de framboises** ◆ **4 œufs** ◆ **200 g de beurre** ◆ **300 g de farine** ◆ **160 g de sucre** ◆ **5 cl d'eau-de-vie de framboise** ◆ **5 g de levure chimique.**

PRÉCHAUFFEZ le four sur th. 6 (180 °C). Beurrez et farinez un moule à cake. Tamisez 280 g farine avec la levure. Incorporez les Carambar grossièrement hachés et les framboises.
FOUETTEZ 180 g de beurre mou avec le sucre pour obtenir une crème mousseuse. Incorporez les œufs un à un. Ajoutez la farine en pluie pour l'incorporer.
VERSEZ dans le moule. Enfournez et cuisez pendant 1 h. Vérifiez la cuisson en piquant une pointe de couteau au centre du cake. Elle doit ressortir sèche.
ARROSEZ d'eau-de-vie de framboise dès la sortie du four. Laissez reposer 5 min, puis démoulez sur une grille.

CONSEIL **La préparation sera plus facile à réaliser et moins grumeleuse avec des œufs à température ambiante.**

Vin de framboise

POUR 1 L DE VIN
PRÉPARATION : 15 MIN
5 SEMAINES À L'AVANCE

ÉBOUILLANTEZ et séchez bien un grand bocal. Versez-y 75 cl de **vin blanc sec**, 250 g de **sucre** et 300 g de **framboises.** Laissez macérer le mélange pendant 7 jours (mélangez-le une fois par jour).
FILTREZ le vin de framboises à travers un tamis ou une gaze fine. Ajoutez 10 cl de **rhum blanc.**
METTEZ en bouteilles. Bouchez hermétiquement et patientez encore un mois avant de déguster. Le vin se bonifie en vieillissant.

Soupe de framboises au basilic

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
REPOS : 4 H

VERSEZ 5 cl d'eau et 250 g de **framboises** dans une casserole. Portez à ébullition en écrasant les framboises.
FILTREZ le jus de framboises à travers une passoire fine. Ajoutez 150 g de **sucre** et 1/4 de cuil. à c. d'**agar-agar.** Portez à ébullition 5 min. Versez sur 2 cm d'épaisseur dans un plat rectangulaire et glissez au réfrigérateur.
PORTEZ à ébullition 50 cl de **coteaux-du-Layon.** Ajoutez 100 g de framboises écrasées et 1 brin de **basilic.** Laissez reposer 4 h.
COUPEZ la gelée en dés au moment de servir. Répartissez-la dans quatre coupes. Ajoutez quelques framboises entières. Versez le vin à travers une passoire fine. Décorez de basilic. Servez frais mais pas glacé.

Pavlova glacée aux framboises et amandes

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 2 H

◆ **200 g de framboises** ◆ **1 l de glace parfum vanille** ◆ **180 g de sucre** ◆ **15 cl de crème liquide** ◆ **3 blancs d'œufs** ◆ **1 cuil. à soupe de fécule de maïs** ◆ **1 poignée d'amandes** ◆ **1 goutte d'essence d'amande amère** ◆ **20 g de sucre vanillé.**

CHAUFFEZ le four sur th. 4 (120 °C). Fouettez les blancs en neige. Quand le volume a doublé, incorporez le sucre, la fécule de maïs et l'essence d'amande amère en fouettant jusqu'à obtenir une neige lisse et brillante. Déposez des cuillerées à soupe de préparation sur une plaque de cuisson tapissée de papier sulfurisé. Cuisez 2 h.
PLACEZ un plat creux 30 min au congélateur. Remplissez-le de boules de glace, puis réservez au congélateur.
FOUETTEZ la crème bien froide en chantilly. Incorporez le sucre vanillé. Écrasez la moitié des framboises. Concassez les amandes et faites-les griller à sec.
RÉPARTISSEZ les meringues froides dans le plat. Ajoutez les framboises écrasées et entières, les amandes et la chantilly. Servez aussitôt.

CONSEIL **Laissez les meringues refroidir dans le four éteint.**

Baisers barbe à papa

POUR 4 PERS.
PRÉPARATION : 30 MIN
CUISSON : 3 H

◆ **300 g de fruits rouges** ◆ **200 g de sucre** ◆ **20 cl de crème liquide** ◆ **3 blancs d'œufs** ◆ **6 cuil. à soupe de sirop parfum barbe à papa.**

CHAUFFEZ le four sur th. 4 (120 °C). Fouettez les blancs en neige avec 3 cuil. à soupe de sirop. Incorporez le sucre en fouettant. La neige doit être lisse et brillante.
DÉPOSEZ huit gros tas de préparation sur une plaque couverte de papier sulfurisé. Enfournez. Réglez le thermostat sur th. 3-4 (100 °C). Maintenez la porte du four entrouverte et laissez sécher les meringues 3 h.
FOUETTEZ la crème bien froide en chantilly ferme avec 3 cuil. à soupe de sirop. Aplatissez délicatement la moitié des meringues. Garnissez-les d'une grosse cuillerée de chantilly et de fruits rouges. Couvrez avec une meringue bombée et servez.

CONSEIL **Maintenez la porte du four entrouverte avec un bouchon de liège ou une cuillère en bois.**

Saint-jacques snackées au coulis de framboises

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 5 MIN
CUISSON : 10 MIN

CUISEZ 400 g de **spaghettis** à l'eau **salée.** Mixez 400 g de **framboises,** 1 cuil. à s. de **sucre** et 1 cuil. à s. de **vinaigre de framboise.** Filtrez pour éliminer les graines.
FAITES DORER 12 **noix de saint-jacques** dans 20 g de **beurre** 30 secondes sur chaque face à feu très vif.
NAPPEZ les pâtes de coulis de framboises. Ajoutez les saint-jacques. Déglacez la poêle avec 5 cl de vinaigre de framboise. Versez sur les saint-jacques. Assaisonnez.

NOUVEAU
AU RAYON VIN

Réveiller vos papilles !

BOUCHON DOSEUR

La Villageoise

Complice de vos idées gourmandes

Retrouvez toutes nos
idées gourmandes sur
www.la-villageoise.com

RCS : 482 283 694 - Septembre 2012

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

En mode éco

Petit budget, grand plaisir : nous, on se régale tous les jours !

Gaspacho blanc et rose

PRÉPA 10 MINUTES — AU FRAIS 3 HEURES

POUR 4 PERSONNES
- 200 g d'amandes pelées
- 1/2 citron
- 1 oignon
- 20 radis
- 4 tranches de pain de mie sans croûte
- 15 cl de lait
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin.

HACHEZ l'oignon. Faites tremper le pain dans le lait. Mixez les amandes avec le pain de mie et le lait, la moitié de l'oignon, le jus du citron, l'huile d'olive. Assaisonnez.

ÉMINCEZ les radis. Mixez-en 2 cuil. à s. dans le gaspacho. Réfrigérez 3 h avant de servir décoré de radis et d'oignon.

Les verrines, c'est top !

Jouez la transparence et dosez justement. En verrines, tout est beau, et on sert des parts plus adaptées que dans une grande assiette de service. Les crudités émincées et les fines herbes donnent du volume et de la couleur, tout comme le jambon en chiffonnade et les fruits. Bon pour le budget et pour la ligne, merci les verrines !

Bortsch soir d'été

PRÉPA 20 MINUTES — CUISSON 30 MINUTES

POUR 4 PERSONNES
- 200 g de reste de viande
- 300 g de betterave cuite
- 2 carottes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1/4 de chou vert
- 60 cl de bouillon de volaille
- 20 g de beurre
- 10 cl de crème liquide
- 1 cuil. à soupe de persil haché
- 1 cuil. à soupe de vinaigre
- sel, poivre, quatre-épices.

FAITES SUER les carottes en bâtonnets, l'oignon et l'ail hachés 10 min dans le beurre à la cocotte. Versez le bouillon et portez à ébullition. Ajoutez le vinaigre, le chou émincé et la viande en dés. Assaisonnez, cuisez 15 min. AJOUTEZ la crème et la betterave coupée en rondelles. Donnez un bouillon. Servez décoré de persil.

Recyclez !

En France, 38 kg de nourriture sont jetés toutes les secondes. L'art de faire deux repas en un, ça s'apprend et d'abord, ça s'anticipe. Pour les utiliser au mieux, emballez les restes soigneusement avant de les glisser au frais. Ensuite, ajoutez quelques ingrédients, des épices, des fines herbes ciselées... Et surtout, laissez parler votre créativité !

Choux à la mousse de fraise

PRÉPA 35 MINUTES | CUISSON 30 MINUTES | AU FRAIS 1 HEURE

POUR 12 PERSONNES

La pâte à choux : ◆ **150 g de farine** ◆ **12 cl de lait** ◆ **125 g de beurre doux** ◆ **4 œufs** ◆ **1 cuil. à café de sucre** ◆ **3 pincées de sel.**

La mousse : ◆ **250 g de fraises + 15 pour le décor** ◆ **25 cl de crème fleurette bien froide** ◆ **3 blancs d'œufs** ◆ **sucre glace.**

PORTEZ À ÉBULLITION le lait, 12 cl d'eau, le beurre en morceaux, le sel et le sucre. Versez la farine et mélangez jusqu'à ce que la pâte se détache des parois. Retirez du feu, incorporez les œufs.

CHAUFFEZ le four sur th. 6 (180 °C). Espacez 12 tas de pâte sur une plaque couverte de papier cuisson, puis cuisez 20 min. Laissez refroidir.

MIXEZ les fraises avec 4 cuil. à s. de sucre glace. Incorporez la crème fouettée en chantilly, puis les blancs montés en neige. Réfrigérez 1 h.

ÉMINCEZ et réservez les fraises du décor. Ouvrez les choux en deux. Garnissez-les de mousse de fraise, décorez de fraises émincées. Posez les chapeaux des choux. Badigeonnez-les du jus rendu par les fraises émincées et saupoudrez de sucre glace. Servez sans attendre.

Un beurre à prix doux

La qualité d'un beurre est importante quand on le déguste cru (en tartine, avec des légumes...). Dans les recettes où il sert de matière grasse de cuisson, ainsi que pour les pâtisseries et les gâteaux, ce point est nettement moins important. Achetez un beurre à prix doux : il fera tout à fait l'affaire.

Le Guérandais, chaque jour à l'origine de vos plus belles saveurs

Tomates farcies *(pour 6 personnes)*

6 tomates
150 g de viande hachée
1 c.s. de chapelure
1 oignon émincé
2 gousses d'ail pilées
1 c.s. d'huile d'olive
Sel fin Le Guérandais

Coupez le chapeau de chaque tomate et évidez-les.
Préparez la farce : épluchez et hachez l'oignon et l'ail.
Mélangez le tout avec l'huile d'olive et la viande,
puis assaisonnez avec le sel fin Le Guérandais.
Ajoutez la pulpe des tomates que vous avez creusées.
Mettez au fond de chaque tomate de la chapelure.
Vous pouvez maintenant les farcir et remettre les chapeaux
des tomates avant de les enfourner 20 mn à 180° (th.6).
Servez avec du riz.

Le saviez-vous ?
Dans les marais salants de Guérande, les paludiers récoltent le sel à la main selon une méthode traditionnelle. Non lavé, non raffiné et sans additif, le sel fin est obtenu à partir du gros sel broyé et séché. Il reste donc authentique et 100% naturel.

Nos astuces
Savez-vous qu'il existe mille et une façons d'utiliser le sel fin Le Guérandais !

L'oignon vous paraît indigeste !
Faites le dégorger avec du sel fin Le Guérandais.
Les blancs en neige n'auront plus de secrets pour vous : montez-les rapidement en y ajoutant une pincée de sel fin Le Guérandais.
Mais le sel fin Le Guérandais est surtout l'allié de tous vos plats : à table comme en cuisine, il est indispensable !

Le Guérandais — Récolté à la main

Retrouvez nos recettes sur www.leguerandais.com

HAVAS 360 - RCS NANTERRE 749 143 707 - SCA Salines de Guérande - D348 241 3 15 RCS Saint-Nazaire - Crédit photos : Steven Camus

Abonnez-vous à *Cuisine Actuelle*

et ses hors-séries

Votre cadeau : la yaourtière

Je m'abonne !

Découvrez aussi les hors-séries

- ✓ 100 recettes par numéro
- ✓ Des thèmes gourmands
- ✓ Des recettes faciles à réaliser
- ✓ Des idées originales pour épater vos invités

A retourner dans une enveloppe sans l'affranchir à Cuisine Actuelle - Libre réponse N°80363 - 62069 Arras Cedex 9 ou au 0 826 963 964 (0,15€/min.)

☑ **Oui, je profite de votre offre :** 1 an d'abonnement à **Cuisine Actuelle (12n°) et ses hors-séries (6n°)** pour **38,90€** seulement au lieu de ~~47,40€~~* **+ la yaourtière en cadeau.**

Je joins mon règlement par chèque à l'ordre de Cuisine Actuelle.

Mes coordonnées ❑ Mme ❑ Mlle ❑ M. CGF271P

Nom

Prénom

Adresse

Code postal Ville

Téléphone** Date de naissance**

E-mail : @

❑ Je souhaite être informé(e) des offres commerciales du groupe Prisma Média et de celles de ses partenaires.

* Prix de vente au numéro. **Facultatif. Photo non contractuelle. Offre réservée aux nouveaux abonnés en France métropolitaine, valable 2 mois dans la limite des stocks disponibles. Délai de livraison du premier numéro et du cadeau : 4 semaines environ après enregistrement de votre règlement. Les informations ci-dessus sont indispensables au traitement par PRISMA MEDIA de votre abonnement. A défaut, votre abonnement ne pourra être mis en place. Ces informations sont communiquées à des sous-traitants pour la gestion de votre abonnement. Par notre intermédiaire, vous pouvez être amenés à recevoir des propositions des partenaires commerciaux du groupe PRISMA MEDIA. Si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez cocher la case ci-contre ❑. Vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition pour motifs légitimes aux informations vous concernant auprès du groupe PRISMA MEDIA.

Je peux aussi m'abonner sur **www.prismashop.cuisineactuelle.fr**

Tentations

Pink Martini

À déguster avec...

Croque-saucisse aux piquillos

PRÉPARATION : 10 MIN - CUISSON : 25 MIN

◆ CHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). ◆ MIXEZ 3 piquillos en bocal égouttés avec 1 cuil. à s. de thym et 1 cuil. à s. de moutarde forte. ◆ ÉTALEZ sur un disque de pâte brisée. Coupez la pâte en deux. Enroulez les moitiés autour de 2 chipolatas. ◆ TRANCHEZ, posez sur une grille au-dessus de la lèchefrite. ◆ CUISEZ 25 min. Laissez tiédir sur du papier absorbant et servez.

Billes de chèvre aux raisins

PRÉPARATION : 10 MIN - CUISSON : 3 MIN

◆ CONCASSEZ 60 g de noisettes, faites-les griller à sec 3 min à la poêle. ◆ FORMEZ à la main 12 billes avec 200 g de chèvre frais mélangé à 1 cuil. à soupe de miel et 1 pincée de muscade. ◆ ROULEZ-LES dans les noisettes et alternez-les sur des piques avec du raisin noir. ◆ PARSEMEZ de basilic.

Mini palmiers au romarin

PRÉPARATION : 10 MIN - CUISSON : 25 MIN

◆ CHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). ◆ ÉTALEZ 250 g de pâte feuilletée en un rectangle de 3 mm d'épaisseur. ◆ BADIGEONNEZ-LE de concentré de tomate délayé avec 2 cuil. à soupe d'huile d'olive. Poivrez et parsemez de romarin. ◆ ENROULEZ les bords vers le centre, puis découpez en fines tranches. ◆ ESPACEZ-LES sur une plaque huilée. Enfournez et cuisez 25 min. Servez tiède ou froid.

Passez à l'orange avec ce cocktail tropical et ses trois bouchées de plein été.

LE COCKTAIL

Pour 1 carafe (6 verres à Martini)

MIXEZ 25 cl de vodka, 15 cl de jus de pamplemousse rose, 5 cl de jus de citron vert, 5 cl de Cointreau, 2 cl de sirop de grenadine et 10 glaçons dans un blender. VERSEZ dans une carafe et allongez avec 10 cl d'eau gazeuse. Versez dans les verres rafraîchis 1 h au congélateur. Servez décoré d'une rondelle de citron vert.

RECETTES POUR 6 PERSONNES

Dînettes de

Petite, futée et toute rose : on l'aime autant en version exotique que classique.

Brochettes de gambas, écrasée de pommes de terre

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
MARINADE : 30 MIN
CUISSON : 25 MIN

◆ 800 g de pommes de terre à purée ◆ 4 tomates ◆ 2 pétales de tomate confits ◆ 2 échalotes ◆ 1 brin de thym ◆ 10 cl de lait entier ◆ 10 cl d'huile d'olive ◆ sel.

Les brochettes

◆ 20 gambas crues décortiquées ◆ 1 citron vert ◆ 1 cuil. à s. d'huile d'arachide ◆ piment d'Espelette.

ARROSEZ les gambas de jus de citron battu avec l'huile et du piment. Laissez mariner au frais 30 min. Cuisez les pommes de terre pelées et coupées en quartiers 15-20 min à l'eau salée.

PELEZ et épépinez les tomates. Faites rissoler les échalotes hachées 5 min dans 1 cuil. à soupe d'huile. Ajoutez les tomates, le thym, du sel et 1 pincée de piment. Laissez réduire 5 min.

ÉCRASEZ les pommes de terre à la fourchette en incorporant le reste d'huile, le lait chaud, la fondue de tomates, les pétales de tomate hachés. Assaisonnez.

PIQUEZ les gambas par cinq sur des brochettes. Faites-les cuire à la poêle 3 min dans un filet d'huile. Moulez l'écrasée de pommes de terre dans des cercles sur les assiettes de service. Posez dessus les brochettes de gambas.

VIN : costières-de-nîmes rosé, en accord avec la couleur et les notes acidulées.

CONSEIL Faites cuire les gambas dans une poêle, à la vapeur, ou sous le gril du four. La cuisson est à point lorsque leur chair est devenue opaque à cœur.

crevettes

Crevettes ou gambas ?

- Selon le lieu de pêche et la taille, les crevettes changent de nom. Petite et pêchée dans des eaux fraîches, on la nomme crevette bouquet, chevrette ou demoiselle de Cherbourg. La crevette rouge, de 6 à 7 cm, provient de l'Atlantique Nord. Les gambas, ou crevettes roses du Sénégal, vivent dans les eaux chaudes tropicales. Elles peuvent atteindre 20 cm. La crevette tigrée, la plus grosse, peut être sauvage ou d'élevage. Elle provient de l'océan Indien.

Verrines d'avocat et crevettes

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
PAS DE CUISSON

◆ 200 g de crevettes cuites ◆ 2 avocats mûrs ◆ 2 tomates ◆ 1 citron vert ◆ 1 bouquet de fines herbes (coriandre, ciboulette et persil).

La sauce

◆ 1 citron vert ◆ 1 cuil. à soupe de rhum blanc ◆ 1 cuil. à café de miel liquide ◆ 2 cuil. à soupe d'huile de pépins de raisin ◆ 2 pincées de gingembre râpé ◆ sel, poivre.

DÉCORTIQUEZ les crevettes. Coupez-les en dés. Coupez les tomates en deux, pressez-les dans votre main pour éliminer les pépins et découpez-les en dés.

MÉLANGEZ tous les ingrédients de la sauce. Coupez la chair d'avocat en petits dés. Citronnez-les, puis mélangez-les avec la sauce, les tomates et les herbes ciselées. Servez dans des verres, décoré d'herbes fraîches ciselées.

VIN : reuilly blanc. Il résiste à l'onctuosité de l'avocat et répond à la saveur pointue de la ciboulette sans agresser la crevette.

CONSEIL Si vous optez pour des crevettes crues, cuisez-les à l'eau salée jusqu'à ce qu'elles remontent à la surface, après la reprise de l'ébullition.

Crevettes coco à la tahitienne

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
MARINADE : 30 MIN
CUISSON : 5 MIN

◆ 12 grosses crevettes roses cuites et décortiquées ◆ 3 citrons verts ◆ 40 g de noix de coco râpée ◆ 1 blanc d'œuf ◆ 4 cuil. à soupe d'huile ◆ rhum blanc ◆ sel et poivre vert lyophilisé.

FAITES MARINER les crevettes 30 min dans le jus d'1 citron vert mélangé avec 1 trait de rhum blanc, un filet d'huile, du sel et 6 grains de poivre vert écrasés.

ÉGOUTTEZ les crevettes. Plantez-les sur des piques, et roulez-les dans le blanc d'œuf détendu à la fourchette puis dans la noix de coco.
FAITES-LES DORER rapidement 3-4 min avec le reste d'huile dans une grande poêle antiadhésive. Servez avec du citron vert.
VIN : pinot blanc d'Alsace. Il joue sur les rondeurs du lait de coco en apportant une note fleurie et fruitée.

CONSEIL Les piques en bois ne sont pas obligatoires, mais servent à maintenir les crevettes bien droites.

Crevettes et nectarines au sésame

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
MARINADE : 30 MIN
CUISSON : 5 MIN

◆ 12 grosses crevettes roses crues ◆ 2 nectarines ◆ 1 citron bio ◆ 50 g de graines de sésame ◆ 1 blanc d'œuf ◆ 1 cuil. à c. de baies roses ◆ 1 cuil. à soupe de romarin ◆ 5 cuil. à soupe d'huile d'arachide ◆ Tabasco ◆ sel.

DÉCORTIQUEZ les crevettes (gardez la queue). Fendez le dos et retirez le filament noir. Faites-les mariner 30 min dans le jus du citron mélangé avec 1 cuil. à soupe de zeste de citron râpé, 4 gouttes de Tabasco, les baies roses écrasées et le romarin.
DÉNOYAUTEZ et coupez les nectarines en lamelles. Égouttez et épongez les crevettes. Passez-les dans le blanc d'œuf battu à la fourchette avec du sel, puis dans le sésame.
ENFILEZ-LES sur des piques en bois avec les nectarines. Faites-les dorer dans l'huile 3 à 5 min à la poêle. Égouttez, assaisonnez et servez.
VIN : jurançon blanc sec. Ce vin fruité et bien charpenté sera en accord parfait avec cette entrée sucrée-salée.

CONSEIL Servez en amuse-bouche ou avec du riz.

+ La vidéo pour apprendre à décortiquer des crevettes sur cuisineactuelle.fr

Tempura, salade... Vous devez décortiquer des crevettes ? La technique expliquée par un chef dans notre rubrique Dossiers gourmands/Recettes en vidéo/Leçon de cuisine.

Pour accéder directement au site, flashez le code ci-dessus avec votre smartphone.

FIER
DE CULTIVER POUR VOUS
UN COLZA
RICHE EN OMEGA 3

LESIEUR
ET PLUS DE 1000 AGRICULTEURS FRANÇAIS
S'ENGAGENT TOUJOURS PLUS POUR FLEUR DE COLZA

FRED & FARID - LESIEUR

NOTRE CHARTE COMPLÈTE SUR LESIEUR.FR

PAS D'ERREUR, C'EST Lesieur

LESIEUR RCS NANTERRE 457 208 619

La touche

Thés d'été Un décor chamarré orne ces boîtes de thé vert bio, parfumé à la pêche de vigne ou à la cerise griotte. Pour faire voyager les papilles.
Terre d'Oc, 10 € les 100 g, chez Nature & Découvertes.

Bonbon, dragée ou acidulé, le rose s'empare gaiement et en beauté des objets de la maison.

Couleur d'été
Design épuré et coloris vitaminé, des couverts qui réveillent votre table.
Coll. Bridge, de 3,10 € à 3,40 €, Albert de Thiers.

Poétique L'humour et la fantaisie s'affichent sur ce joli torchon dans un esprit toile de Jouy décalé.
Torchon en coton, 50 x 80 cm, 11 €, La Cerise sur le Gâteau.

Poubelle toute belle
On aime ce modèle classique revisité en version laquée rose flashy.
Poubelle Rétro, Ø 36 cm, H 66 cm, 50 l, 99 €, Incidence.

Tea time au féminin
Joli jeu de matière pour cet ensemble délicat avec set de table façon croco, serviette imprimé à fleurs, théière en fonte rose et tasses en verre soufflé à la bouche.
Set Geko, 6,90 €, Winkler. Serviettes, 2 € les 15, Hema. Théière 0,6 l, 170 €, et tasses, 22 € l'une, Mariage Frères.

girly

Exotique Les repas d'extérieur prennent des airs d'été indien avec ce parasol en toile rose orné de pampilles dorées tout autour de sa corolle.
Parasol Ubud, en toile imperméable, hauteur 2,5 m, diamètre 1,9 m, 129 €, magasins Maisons du Monde.

L'heure fluo Bel effet et petit prix : elle se démarque par sa couleur dans l'air du temps.
Horloge structure en polypropylène, Ø 31 cm, 12 €, But.

Coquette Exit la glacière classique, place au modèle en forme de cabas.
Glacière Alma Cool, 41 x 19 x 27 cm, 35 €, BHV.

Tie & die
Effet ombragé pour ce service qui habille en beauté les tables d'été.
Collection Doha, mug, 5,90 € ; assiette à dessert et plate, 6,90 € et 7,90 €, Absolument Maison, Galeries Lafayette.

Éco cannette
Faite à base de maïs, elle se réutilise et on peut la mettre au compost. Thermos, elle maintient les boissons 2 h à température.
I'm not Plastic, H 18 cm, 20 €, Le Grand Comptoir.

Trompe-l'œil On donne une seconde vie aux chaises vieillottes avec une housse à l'imprimé glamour.
En coton impression numérique, 62 €, chez Daycollection.

Nomade Petit, léger et muni d'une anse, ce barbecue à charbon de bois en forme de seau est parfait pour les pique-niques à l'improviste.
Bloomingville, diamètre 28 cm, 55 €, chez Fleux.

Réalisation : Marie Fiess

Baies roses bonne mine en cuisine

Ces petits fruits d'un joli rose franc et vif s'utilisent surtout en décor. Et si on essayait leur saveur surprenante et piquante dans les desserts ?

Les assiettes des chefs sont souvent parsemées de paillettes fuchsia. Plaisantes et raffinées, légères, les baies roses parfument sans dénaturer ni casser l'harmonie des plats.

Leur parfum, parlons-en. Il est léger et fruité, presque sucré mais sans mièvrerie, car sa douceur est ragaillardie par une touche de térébenthine et de bois. Au final, elles offrent une saveur chaude et épicée qui rappelle le poivre, mais sans piquer.

La plante, elle, n'appartient pas à la famille des poivres véritables. Originaire d'Amérique centrale, elle est aujourd'hui cultivée sur l'île de La Réunion et à Madagascar. Les grappes de baies sont cueillies à la main, puis séchées au four. Leur qualité se reconnaît à leur couleur vive et uniforme et au fait que l'enveloppe des baies n'a pas été cassée et ne laisse pas apparaître la graine. C'est d'ailleurs cette enveloppe fine qui concentre les saveurs. Concassées, les baies roses rehaussent à merveille des aliments un peu pâles au goût délicat, tels une côte de veau, un pavé de cabillaud ou encore une purée.

La saveur exceptionnellement fruitée des baies roses prend tout son sens dans les desserts. Elles parfument un sirop pour pocher des poires ou la ganache d'une tarte au chocolat. Autre idée, les mélanger aux blancs en neige d'une superbe île flottante. Le flacon est encore presque plein ? N'hésitez pas à les savourer au naturel, tout simplement sur une tartine beurrée.

Réalisation : Valérie Bastel

Leffe® & FROMAGES À L'APÉRITIF. LE CHOIX DES SAVEURS.

LEFFE BLONDE
& fromage frais

LEFFE RUBY
& fromage de brebis

LEFFE RITUEL 9°
& Comté

LEFFE NECTAR
& Roquefort

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Bulles de rosé

1. Vif et aromatique

Bel équilibre entre le pinot noir et le chardonnay dans ce champagne rosé qui joue la fraîcheur et la finesse avec ses arômes de groseille et de fraise confiturée. Sa bulle est vive mais moelleuse. Servez-le à l'apéritif avec des bouchées innovantes, par exemple des sucettes de foie gras au pain d'épice.

Champagne brut rosé, Esterlin, 22 €, chez les cavistes.

2. Nature

Sans ajout de sucre, ce mousseux provençal tiré du rolle, du grenache et de la syrah a une robe légère, une mousse fine, des arômes de groseille, zestes et rhubarbe, la bouche vive et tonique. À déguster sur un buffet froid de fruits de mer, charcuteries, fromages frais, fruits rouges.

Domaine d'Éole, brut nature, 15 €, à la propriété.

3. Tout en finesse

Assemblage de meunier et pinot noir, voici un champagne fin aux reflets cuivrés avec des notes de fruits rouges, une bouche longue et assez ronde. Il accompagne des tapas et bouchées variées : rillettes de saumon ou canard, charcuteries ibériques, makis et sushis.

Champagne Mercier brut rosé, 28 €, en grandes surfaces.

4. Ample

Tiré exclusivement du pinot noir, ce champagne a une touche d'agrumes et de poivre, des arômes de baies sauvages. Il est assez puissant et équilibré pour être bu tout au long du repas, sur des viandes froides, salades et desserts fruités.

Champagne rosé brut, Drappier, 32,30 €, cavistes.

5. Épicé

Tirées du pineau d'Aunis, un cépage typé, ces bulles de caractère ont un nez de fruits blancs et rouges, relevé de notes minérales, une bouche épicée à la finale poivrée. Proposez-le sur un repas marin (salade de crabe et colin froid), du chèvre frais aux herbes, des fraises.

Perles Grises, Patrice Colin, 7,50 €, au domaine.

6. Fruité

La robe est brillante, la bulle vive, le nez marqué par la groseille avec des touches citronnées et la bouche très fruitée, un rien tendre. À l'apéritif, avec des amuse-bouche sucrés-salés ou sur une soupe de fraises.

Saumur brut 1811, Ackerman, 5,50 €, grandes surfaces.

De l'apéritif jusqu'au dessert, faites la fête à l'ombre d'un pin parasol ou au clair de lune avec ces douze crus pétillants et colorés.

7. Du caractère

Une majorité de chardonnay apporte de la fraîcheur, de la finesse et des notes minérales. Le pinot lui donne des arômes de fraise et de framboise et sa belle robe couleur cerise. À servir sur du saumon mariné au sésame, des côtes d'agneau juste grillées et un crumble aux fruits rouges.

Champagne brut, Rosé Majeur, Ayala, 39 €, cavistes.

8. Glamour et charmeur

Une belle proportion de pinot noir donne des arômes de cerise et cassis et une ampleur fruitée en bouche à ce champagne féminin, à la fois séducteur, souple et long. Sur un carpaccio de veau et un tartare de fruits rouges.

Champagne brut rosé, Glamoureuse, Lombard & Cie, 40 €, chez les cavistes.

9. Séduisant

Tiré du pinot noir et cultivé dans la région de Chablis, ce crémant extra-brut tout en élégance, frais, fruité et fin, a une bulle persistante et une bouche longue qui s'accordent avec des verrines marines.

Les Temps Perdus, crémant de Bourgogne, Clotilde Davenne, 11,30 €, domaine.

10. Délicat

Une robe pâle, un nez délicat de framboise fraîche, une bouche équilibrée et fraîche : ce crémant tiré du pinot noir se sert sur un apéritif dînatoire à base de produits marins et de légumes.

Crémant d'Alsace rosé, Mayerling, Cave de Turckheim, 9,80 €, chez les cavistes.

11. Aérien

Sa couleur pâle, ses arômes de framboise et de fraise des bois, sa finale épicée et sa bouche légère (11°) aux notes d'agrumes en font le compagnon de l'apéritif, avec des tapas variées, ou du dessert, sur une panna cotta aux fruits rouges.

Fruité pétillant, Pamp'rosé, Les Maîtres Vignerons de la presqu'île de Saint-Tropez, 7,30 €, au domaine.

12. Harmonieux

Très féminin, il a une robe rose vif, des arômes de fruits rouges intenses et un équilibre parfait. Frais et ample en bouche, cet harmonieux champagne escorte un dîner rose composé d'un cocktail de crevettes, d'un tartare de saumon et d'une soupe de fraises.

Champagne brut rosé, Demoiselle, Vranken, 35 €, chez les cavistes.

Adresses en fin de numéro

Réalisation : Élisabeth de Meurville

Ça Change Gas

La plus célèbre des soupes froides de l'été fait son show.

Pensez à placer les verres 30 min au congélateur avant de les utiliser afin que la préparation reste bien froide.

Velouté de fraises au lait ribot

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
SANS CUISSON
RÉFRIGÉRATION : 3 H

◆ 250 g de fraises ◆ 15 cl de lait ribot ◆ 2 tranches de brioche rassise (80 g) ◆ 4 cuil. à soupe de sucre ◆ 4 brins de menthe.

RINCEZ et équeutez les fraises. Coupez-les en quartiers (réservez six fraises pour la décoration finale).
RETIREZ la croûte de la brioche. Placez-la avec les fraises coupées en quartiers, le lait ribot et le sucre dans un blender. Mixez de façon à obtenir un velouté de fraises bien lisse. Goûtez et ajoutez un peu de sucre si nécessaire.

VERSEZ le velouté dans quatre verres. Couvrez de film alimentaire et réfrigérez pendant au moins 3 h. Décorez de fraises et de menthe au moment de servir.

JE LE REMPLACE PAR QUOI ? À défaut de lait ribot (lait fermenté), utilisez du yaourt brassé et du lait demi-écrémé en quantités égales.

pacho new-look

Gaspacho à la betterave et à la pastèque

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN - CUISSON : 20 MIN
RÉFRIGÉRATION : 3 H

◆ 1 botte de petites betteraves fanes ◆ 2 tomates ◆ 200 g de pastèque ◆ 1/2 oignon rouge ◆ 1 cuil. à soupe de vinaigre de vin rouge ◆ sel, poivre.

NETTOYEZ les betteraves. Coupez les fanes. Gardez les plus belles, rincez-les et réservez-les au frais dans du papier absorbant.
CUISEZ les betteraves avec 50 cl d'eau salée 20 min à l'autocuiseur. Laissez-les tiédir, puis pelez-les. Mixez-les dans un blender avec les tomates coupées en quartiers, l'oignon pelé, la chair de la pastèque, le vinaigre et 40 cl de jus de cuisson.
FILTREZ le gaspacho à l'aide d'une passoire fine. Assaisonnez et réfrigérez 3 h.
SERVEZ le gaspacho décoré de fanes de betterave.

PRONTO ! Pour gagner du temps, utilisez des betteraves cuites. Remplacez le jus de cuisson par du bouillon de légumes et décorez le gaspacho avec les jeunes pousses de salade de votre choix.

Ice gaspacho

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN - SANS CUISSON
CONGÉLATION : 3 H

◆ 4 tomates bien mûres ◆ 1 petit poivron rouge ◆ 1/4 de concombre ◆ 1 gousse d'ail ◆ 2 brins d'estragon ◆ 2 cuil. à soupe de sucre ◆ 1 cuil. à soupe de vinaigre de xérès ◆ Tabasco, sel.

RINCEZ et coupez les tomates en quartiers. Épépinez et émincez le poivron rouge. Pelez le concombre, découpez-le en rondelles. Pelez et hachez la gousse d'ail.
PLACEZ tous les légumes dans le bol d'un blender avec le sucre, le vinaigre de xérès, le Tabasco et les tiges d'estragon (réservez les feuilles). Allongez avec 5 cl d'eau et ajoutez 2 pincées de sel. Mixez, puis filtrez à travers une passoire fine.
VERSEZ le mélange dans des moules à bâtonnets et ajoutez dans chacun d'eux 2 feuilles d'estragon. Faites prendre au congélateur pendant au moins 3 h.

ATTENTION AU SEL ! Évitez de trop assaisonner la préparation, car elle risquerait de ne pas prendre au congélateur. Mieux vaut saupoudrer les bâtonnets de fleur de sel juste avant de les servir.

Restauration rapide !

Invitez en toute sérénité avec nos trois recettes vite orchestrées.

Trifles cerises et fraises

PRÉPA 5 MINUTES

CUISSON 5 MINUTES

POUR 4 PERSONNES

◆ 250 g de fraises ◆ 300 g de cerises ◆ 15 cl de porto rouge ◆ 1 bombe de crème chantilly ◆ 25 g d'amandes grillées ◆ 1 cuil. à soupe de sucre glace ◆ 2 tranches de quatre-quarts.

COUPEZ les cerises en deux, retirez le noyau. Faites chauffer le porto avec le sucre glace. Plongez-y les cerises.

RÉPARTISSEZ les cerises et le porto dans des coupes sur des morceaux de quatre-quarts émietté.

AJOUTEZ les fraises équeutées et coupées en deux ou en quatre selon la taille. Décorez de crème chantilly et saupoudrez d'amandes grillées.

ICE TOUCH

Cachez une belle quenelle de glace au lait d'amande sous la crème chantilly.

Poêlée de petits légumes

PRÉPA 10 MINUTES

CUISSON 15 MINUTES

POUR 4 PERSONNES

◆ 500 g de petits pois écossés ◆ 300 g de pois gourmands effilés ◆ 1 botte d'oignons nouveaux ◆ 2 brins de persil plat ◆ 2 portions de Carré Frais ◆ 4 tranches de jambon cru ◆ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ◆ sel, poivre du moulin.

CUISEZ les petits pois et les pois gourmands 10 min à l'eau bouillante salée. Égouttez-les, passez-les sous l'eau froide, puis égouttez-les à nouveau. Pelez les oignons en gardant un peu de vert, émincez-les.
FAITES REVENIR rapidement tous les légumes dans l'huile d'olive. Répartissez-les dans les assiettes.
AJOUTEZ le jambon en lanières et le Carré Frais émietté. Décorez de persil plat ciselé et assaisonnez.

CONSEIL Utilisez des pois et petits pois surgelés. Cuisez-les 5 min à l'eau bouillante salée.

PRÉPA 10 MINUTES

CUISSON 5 MINUTES

Cocktail de crabe

POUR 4 PERSONNES

◆ 2 avocats mûrs ◆ 1 citron ◆ 1 barquette d'alfalfa germée (luzerne) ◆ 150 g de chair de crabe ◆ 50 g d'œufs de saumon ◆ 1 paquet de feuilles de wonton ◆ 1 jaune d'œuf ◆ 15 cl d'huile de friture ◆ 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ◆ 1 cuil. à soupe de rhum blanc ◆ 1 cuil. à café de wasabi ◆ sel, poivre.

FOUETTEZ le jaune d'œuf en mayonnaise avec le wasabi et l'huile. Salez et poivrez.
ÉCRASEZ la chair des avocats à la fourchette. Arrosez-la avec le jus du citron et le rhum blanc.
RÉPARTISSEZ l'avocat et le crabe dans quatre verres à cocktail. Décorez d'œufs de saumon et d'alfalfa.
POSEZ 4 feuilles de wonton sur un linge humide. Coupez-les en triangles. Faites frire les triangles dans l'huile bouillante. Égouttez-les sur du papier absorbant et salez-les. Piquez deux triangles frits dans chaque verre.

CONSEIL Récupérez les chips de wonton à l'aide d'une écumoire et posez-les sur un papier absorbant pour les égoutter soigneusement.

Le dico de cuisineactuelle.fr

La pâte à wonton

Elle se présente sous la forme de petits carrés de pâte fine à garnir. En Chine, on en fait de délicieuses bouchées au crabe ou au porc haché. On les appelle "wontons", ou raviolis chinois. Ils se préparent frits ou pochés. À dénicher en petits sachets d'une quarantaine de feuilles dans les épiceries asiatiques, au rayon frais ou avec les surgelés.

Retrouvez tous les mots de la cuisine sur notre site dans notre **dictionnaire**, rubrique Pratique.

...du tarama

POUR 4 PERSONNES

1 Pasta rosa

SOIRÉE ENTRE COPINES

Faites revenir 500 g de crevettes décortiquées dans 20 g de beurre 3 min. Mélangez 150 g de tarama avec 500 g de spaghettis cuits *al dente*. Servez les pâtes en garnissant de crevettes. Parsemez de cerfeuil.

2 Cake marin

APÉRO EN BORD DE MER

Mélangez 150 g de farine avec un sachet de levure chimique, 3 œufs, 10 cl de lait, 250 g de tarama et 2 cuil. à soupe de ciboulette ciselée. Ajoutez un demi-citron confit détaillé en petits cubes. Versez dans des empreintes à financiers beurrées et laissez cuire 12 min sur thermostat 6 (180 °C).

3 Roulé croquant

MAKI MINUTE

Aplatissez au rouleau à pâtisserie 6 tranches de pain de mie sans croûte. Tartinez dessus 200 g de tarama. Détaillez un morceau de concombre en 6 batônnets (à la taille du pain). Placez chacun d'entre eux au bord d'une tranche de pain et roulez serré (à la natte à maki si vous en avez une). Découpez le rouleau en 4 tronçons.

➥ **Ce maki est encore plus chic enduit d'une fine couche de tarama sur l'extérieur et saupoudré de graines de sésame noires et blanches.**

4 Religieuse girly

La recette qui en jette

ENTRÉE GLAMOUR

Préparez une pâte à choux. Faites cuire 20 choux moyens et 20 petits. Mixez 250 g de tarama avec 180 g de saumon fumé et 2 cuil. à soupe de crème fraîche. À l'aide d'une poche à douille, garnissez les choux puis collez-les "façon religieuse" avec une pointe de crème.

5 Sandwich grec

INSPIRÉ DU RÉGIME CRÉTOIS

Ouvrez 4 pains pita. Tartinez-les à l'intérieur avec 300 g de tarama. Garnissez avec 32 dés de feta, 16 olives noires dénoyautées, 20 tomates séchées, 12 radis tranchés en lamelles, un demi-concombre taillé en dés, un trait de jus de citron et un filet d'huile d'olive.

6 Œuf du poisson-poule

RECETTE DU DIMANCHE SOIR

Décalottez 4 œufs. Réservez les coquilles. Faites cuire les œufs à feu doux dans une casserole avec 15 g de beurre sans jamais cesser de remuer. Avant la fin de cuisson, ajoutez 100 g de tarama. Répartissez le mélange dans les coquilles et présentez décoré avec des œufs de poisson.

➥ **Servez avec des mouillettes au fromage frais.**

La vraie bonne idée

7 Chantilly tarama

TREMPETTE APÉRO

Montez en chantilly 20 cl de crème fleurette froide au fouet électrique. Ajoutez le jus d'un demi-citron puis 100 g de tarama, battez pendant 3 secondes et réservez 2 heures au réfrigérateur.

➥ **Servez avec des gressins, des bretzels ou des tranches de baguette grillée.**

8 Barquettes d'endive

VOGUE LA LÉGÈRETÉ

Effeuillez 4 endives et garnissez chaque feuille d'une noix de tarama. Décorez avec des œufs de lump, des crevettes roses, de la ciboulette, des câpres et une goutte de crème liquide.

9 Croissant pique-nique

DÉJEUNER SUR LE POUCE

Découpez un rond de pâte feuilletée en 16 parts. Sur la partie la plus large, déposez une cuillerée à café bombée de tarama puis roulez jusqu'à la pointe pour former des croissants. Badigeonnez d'un jaune d'œuf battu et parsemez de graines de pavot. Faites cuire 15 min dans un four préchauffé sur th. 7 (210 °C). Servez tiède, c'est encore meilleur.

➥ **À tremper dans un bol de sauce au yaourt et aux herbes (aneth, ciboulette).**

10 Salade cocktail

ENTRÉE VINTAGE

Mélangez 2 avocats détaillés en petits cubes avec 200 g de miettes de crabe, 100 g de maïs en grains, 6 cœurs de palmier en rondelles et un jus de citron. Répartissez dans quatre verres à cocktail habillés d'une feuille de salade. Mélangez 200 g de tarama avec un jus de citron vert et 25 g de ketchup, puis versez cette préparation sur les verres.

➥ **Ajoutez une touche sucrée-salée avec des petits dés d'ananas frais ou des quartiers de pamplemousse pelé à vif.**

Le dragon de Chine

Il ne nous fait même pas peur ! D'ailleurs, on va le manger tout cru.

POUR 1 DRAGON
PRÉPARATION : 20 MIN

1 La base

Verse 180 g de **tarama** dans une poche à douille lisse. Trace une vague ondulante large pour former le corps du dragon. Dessine sa tête. Remplace la douille lisse par une douille cannelée plus petite. Surligne le corps et décore-le de petites rosettes.

2 Les écailles

Pèle 1 **carotte.** Mets de côté un morceau pour la langue. Tranche le reste en rondelles et découpe les écailles dedans. Plante-les sur le dos du dragon. Égoutte bien une petite boîte de **maïs.** Décore le ventre et le côté avec les grains.

3 La tête et le décor

Pose 1 **olive verte farcie au poivron** en guise d'œil. Ajoute 2 languettes de **pomme verte** pour faire les cornes. Découpe un morceau d'**olive noire** pour la truffe, 4 **pignons** pour les dents. Incise en croix 2 beaux **radis** pour fleurir le décor. Sers bien frais, accompagné de rondelles de **concombre.**

et 5 idées avec des betteraves

Gaspacho rojo

◆ MIXE 400 g de betterave cuite avec 3 parts de fromage à tartiner et 1/2 pomme pelée. Verse le gaspacho dans des verres et sers.

Chips pourpres

◆ TRANCHE finement 3 betteraves crues. Huile-les au pinceau et fais sécher 1 h à th. 4 (120 °C) sur la plaque couverte de papier cuisson (retourne-les une fois). Sale et sers.

Millefeuille de betterave

◆ DÉCOUPE en quatre rondelles 1 betterave cuite et 1 boule de mozzarella. Monte en millefeuille, arrose de vinaigrette et déguste bien frais.

Rouge mimosa

◆ HACHE 1 œuf dur. Tapisse une assiette de fines rondelles de betterave cuite et parsème d'œuf dur.
◆ DÉCORE de persil et sers avec un peu de vinaigrette.

Purée vampire

◆ ÉPLUCHE et taille en cubes 1 betterave cuite. Plonge-les 5 min dans 20 cl de bouillon frémissant. Égoutte-les. Mixe avec 1 noix de beurre salé et sers aussitôt.

Réalisation : Catherine Lamontagne

Le rose en apo

Ce ton gourmand habille la table et ce qui l'entoure de notes gaies et sucrées. On en mangerait !

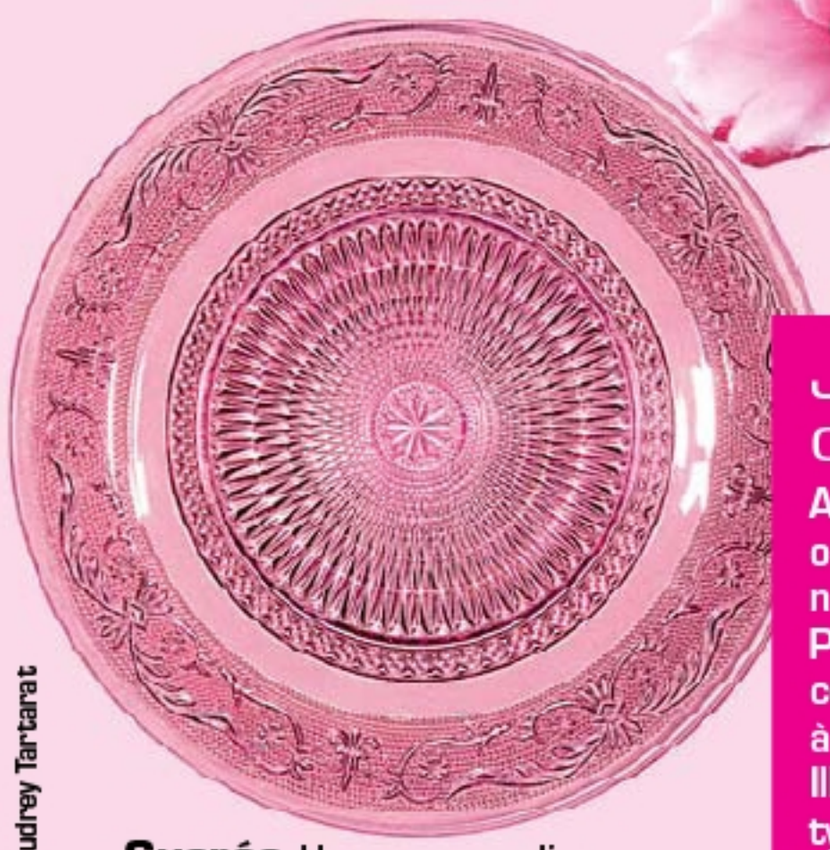
Misez petit prix

Mini budget, maxi effet pour ce centre de table ultrafacile à mettre en place. Jouez la carte de la profusion avec plusieurs dizaines de bougies piliers et des froufrous roses en papier crépon. Il suffit de les rassembler et de les faire courir sur toute la longueur de la table pour former comme un chemin, lumineux et haut en couleur.

Sorbet Une serviette au coloris qui sent bon la fraise. Satin 100 % coton, traitement antitaches. *Gamme Verona, 52 x 52 cm, 14,40 €, Beauvillé.*

Nacré En acrylique, un rond de serviette rose tendre. Autres coloris disponibles. *Diam. 5,5 cm, Sabre, 4,10 €.*

Épanouie Elle illumine la table ! Cette bougie grand modèle est rechargeable avec une petite bougie bouton de rose. *Diamètre 34 cm, H 16 cm, durée 60 h, 99 €, Point à la Ligne.*



Sucrée Une gourmandise à elle toute seule ! Assiette à dessert en verre, coloris rose. *Diamètre 18 cm, Classica, 15 € les 6, Maisons du Monde.*

Jouez la carte de l'imprimé

Avec un décor monochrome, on peut s'autoriser une nappe ornée d'un motif fort. Par exemple une toile de coton peinte ou imprimée, à motif fleuri ou cachemire. Illustration avec ce motif typiquement indien taille XXL. Mais l'effet sera tout aussi réussi avec une nappe à motif oiseaux ou fleurs.

Réalisation : Audrey Tartarat

théose

Fluo Une collection de petites cuillères aux manches comme trempés dans de la peinture fluo. En Inox et laque époxy.
40 € le set de quatre, chez Pied de Poule.

Délicate
Extérieur écru, intérieur dégradé pour cette élégante coupelle en faïence. Plusieurs coloris.
Ø 14,5 cm, Paint, 3 €, Fly.

Revisitez le style guinguette

Vous n'y échapperez pas cet été, les lampions version pompon, boule ou rosace en papier sont ultratendance. Pour créer de l'effet, on les suspend en bouquet au-dessus de la table et dans des tonalités assorties. En rappel, pour animer la table, on distille un peu partout des petits froufrous dans les mêmes coloris.

Flashy Rondement belle, cette boule japonaise en papier de riz arbore un délicat décor de roses. Structure en fil d'acier.
Ø 40 cm, Pink Light, 11 €, Around the Wall.

Craquez pour le girly

Layette, dragée, framboise, pastel, bonbon, fuchsia... Donnez un coup de blush à la table en l'habillant d'une gamme de roses. Une teinte gourmande, sucrée, qui réveille les papilles. Associez-la uniquement à du blanc et à des objets en transparence. D'autres tons la rendraient indigeste.

Festive Pour faire pétiller vos fines bulles, une flûte à champagne en verre teinté. Coffret de 4 aux coloris assortis, rose, bleu, jaune et ambre.
Polka, 49 €, LSA.

■ **Adresses en fin de numéro**

À la régalade

À moins de 10 €, ces rosés fruités vont rafraîchir votre été. Certains sont proposés en magnum, top tendance !

1. Gourmand

Avec sa belle couleur intense, ce vin de pays des collines rhodaniennes équilibré et gourmand est tiré de la syrah. Il a une finale fraîche avec des arômes de fruits rouges. Servez-le sur une salade composée et un jambon cru.

Yrisé, vin de pays des collines rhodaniennes 2012, Cave de Tain, 4,50 €, Leclerc, Intermarché.

2. Gouleyant

Léger en alcool (11,5°), fruité et bien équilibré avec une robe corail brillante, un joli nez de fruits rouges et une bouche gourmande, ce rosé gouleyant est tiré du gamay. Pour un déjeuner sous la tonnelle avec poulet en gelée et salades.

Côte-roannaise 2012, Louis Robin, Domaine Le Retour aux Sources, 4,50 €, au domaine (hors transport) et cavistes.

3. Charmeur

Une majorité de grenache noir associée à quatre autres cépages : il a une belle robe brillante, des arômes de fraise et groseille avec des notes d'amande, une bouche acidulée pleine de charme. Sur une salade de bœuf à la citronnelle ou un carpaccio de canard.

Ventoux 2012, Désir'Rosé, Cave de Balma Venitia, 4 €, en grandes surfaces.

4. Acidulé

Quatre cépages du Sud pour un rosé tout en fraîcheur et arômes de fruits rouges avec des notes d'agrumes. Sur une poêlée de petits légumes, une salade niçoise ou une macédoine à l'ancienne avec œuf dur et jambon de Paris.

Côtes-du-rhône-villages Chusclan 2012, Prieuré Saint-Julien, 4,25 €, au domaine.

5. Poivré

Tiré du pineau d'Aunis, un cépage idéal pour les rosés, ce "gris" à la robe pâle est léger, très désaltérant, fruité et fleuri, avec une finale poivrée typique. Sur une salade de bœuf thaïe, un curry de crevettes ou des sashimis.

Coteaux-du-vendômois, gris Tradition B, Domaine Brazilier, 5 €, grandes surfaces locales et foires aux vins Auchan.

6. Coloré

Merlot et cabernet-franc sont associés dans ce rosé à la robe colorée, au nez intense de petits fruits rouges et de bonbon anglais, à la bouche longue et vive finissant sur la groseille. Sur une pizza quatre saisons ou une grillade mixte.

Bordeaux 2012, Wine Note, 5,30 € la bouteille, 11 € le magnum, chez les cavistes et sur Internet.

7. Plaisant

Une nuit de macération suffit au cabernet-sauvignon et au grenache pour donner à ce rosé une belle couleur claire et des arômes puissants de fruits rouges et blancs. Facile à boire dès l'apéritif, équilibré et très agréable sur un poisson grillé ou des charcuteries.

Ardèche 2012, Cuvée d'une nuit, Vignerons Ardéchois, 3,60 €, Carrefour, Système U.

Réalisation : Élisabeth de Meurville

8. Fleuri

Cinq cépages méditerranéens sont réunis dans ce rosé à la robe claire, au bouquet de fleurs printanières, aux notes de pêche blanche. La bouche fraîche a une finale fruitée. Avec une terrine de légumes ou sur un poisson mariné.
Côtes-de-provence 2012, Réserve des Grandes Dames, Château de Saint-Martin, 10 €, supermarchés Monoprix.

9. Intense

Associant syrah, mourvèdre et grenache, ce rosé à la couleur soutenue, aux arômes de fraise et de framboise, a une bouche vive et fruitée aux notes minérales. Sur des rougets grillés à la tapenade ou des cailles à l'orange.
Costières-de-nîmes 2012, Les Galets Rosés, Château Mourgues du Grès, 6,50 € la bouteille et 14 € le magnum, au domaine et cavistes.

10. Aromatique

Né du grenache et de la syrah sur un terroir bien spécifique avec vue sur la Grande Bleue, ce rosé à la robe rose tendre se révèle très aromatique au nez comme en bouche. On aime ses notes marquées de pêche blanche et groseille. Servez-le sur des fruits de mer et des petits légumes d'été grillés à la plancha.
La-clape 2012, Cuvée Marine, Château Rouquette-sur-Mer, 8,85 €, au domaine et cavistes.

11. Ensoleillé

C'est le pinot noir bourguignon qui donne à ce rosé sa couleur lumineuse et ses arômes de bonbon acidulé, pomme verte et pamplemousse rose. Un vin estival à déguster sur un barbecue de saucisses et andouillettes, complété par quelques crudités.
Bourgogne 2012, Ni Rouge Ni Blanc, Jean-Marc Brocard, 6,50 €, chez les cavistes.

12. Expressif

Robe aux reflets violine, nez de fruits rouges et bouche ample et bien équilibrée, ce rosé expressif associe le grenache et la syrah. Un vin élégant et puissant à servir sur un gigot froid ratatouille ou sur un vitello tonnato (veau froid à la sauce au thon).
Sainte-victoire 2012, château Grand Boise, 9 € la bouteille et 19 € le magnum, au domaine et chez les cavistes.

Adresses en fin de numéro

Les Petites Récoltes®
ÉDITION LIMITÉE "LES VIRELANGUES"
Sans souci, ces vins-ci s'associent à cent saucissons ou six saucisses à six sous.
À LIRE À VOIX HAUTE PLUSIEURS FOIS DE PLUS EN PLUS VITE
3,40€ 75cl
6,60€ 150cl
AMUSEZ-VOUS ENTRE AMIS AVEC LE JEU DES VIRELANGUES
www.nicolas-virelangues.com
Nicolas S.A. au capital de 1 921 152 € RCS Créteil B 312 066 238 - Les bons faiseurs.
Frais et légers, ces 3 petits vins ont l'insouciance des virelangues, ces drôles d'exercices de prononciation qui font fourcher les langues.
NICOLAS
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, CONSOMMEZ AVEC MODÉRATION

Rien ne se perd !

Vous avez réalisé nos recettes mais vous êtes en panne d'idées pour cuisiner les ingrédients non utilisés ? Quelques astuces pour en faire des merveilles.

Avec de la menthe fraîche

◆ **Thé marocain.** Laissez ramollir 1 poignée de menthe dans 75 cl d'eau bouillante avec 4 cuil. à café de thé vert. Faites bouillir et laissez infuser 5 min. Filtrez, ajoutez 8 sucres et 1 cuil. à s. d'eau de fleur d'oranger. Servez avec des pignons.

◆ **Pesto.** Mixez les feuilles d'1/2 botte de menthe, 50 g de pistaches grillées, 30 g de parmesan, 1 gousse d'ail et 3 cuil. à soupe d'huile d'olive.

Avec des oignons fanes

◆ **Crumble pour gigot.** Versez dans un plat à gratin, 12 oignons hachés caramélisés dans 1 cuil. à s. de sucre, de l'huile et 12 cl d'eau. Parsemez d'un mélange de 30 g de farine, 30 g de beurre, 50 g de parmesan et 1 cuil. à café de thym. Dorez au four.

◆ **Pizza.** Cuisez 25 min à th. 6 (180 °C) 1 pâte à pizza garnie d'oignons, jambon cru, persil et 25 cl de crème.

◆ **Conserve.** Remplissez d'oignons, de poivre en grains, d'aromates et de vinaigre blanc bouillant des pots ébouillantés et séchés. Fermez, retournez, laissez reposer un mois.

Avec des baies roses

◆ **Torsettes roses.** Badigeonnez 1 pâte feuilletée de beurre fondu. Coupez des bandelettes, torsadez-les. Poudrez de parmesan et de baies roses écrasées. Cuisez 10 min à 210 °C.

◆ **Beurre de baies.** Mélangez du beurre mou et des baies roses écrasées. Réfrigérez. Idéal sur 1 poisson, 1 steak…

◆ **Caramel mou.** Faites un caramel avec 180 g de sucre. Ajoutez 80 g de beurre, 2 c. à s. de baies roses et 10 cl de crème. Laissez refroidir dans un bac.

Avec du cream cheese

◆ **Sandwich à l'anglaise.** Tartinez du pain de mie de cream cheese. Ajoutez de la ciboulette et des rondelles de concombre. Fermez en sandwich.

◆ **Papillote.** Cuisez en papillote 1 pavé de poisson, des tomates cerises, 1 cuil. à s. de cream cheese et du cerfeuil 15 min à th. 6 (180 °C).

◆ **Velouté glacé.** Cuisez 300 g de petits pois 15 min dans 1 l de bouillon de volaille. Mixez avec 5 brins de menthe ciselée et 2 cuil. à soupe de cream cheese. Servez frais.

Avec du saumon mariné

◆ **Pavé à l'unilatérale.** Cuisez le saumon 4 min côté peau dans une poêle très chaude avec 1 cuil. à soupe d'huile d'olive.

◆ **Sandwich nordique.** Tartinez du pain polaire de fromage frais mélangé avec 1 goutte de miel et 1 cuil. à c. de moutarde. Poivrez. Ajoutez du saumon en lamelles, de la betterave émincée, 1 œuf dur en rondelles et de la salade.

◆ **Œuf de mer.** Cassez 1 œuf dans un ramequin beurré avec 5 cl de crème. Ajoutez du saumon. Poivrez, faites cuire 10 min au bain-marie à th. 5-6 (160 °C).

Avec des feuilles de wonton

◆ **Millefeuille aux fruits.** Garnissez de chantilly et de fruits rouges des feuilles de wonton enduites de beurre. Dorez au four à 150 °C.

◆ **Crakers.** Trempez les feuilles dans de l'huile d'olive, poudrez de graines (lin, courge, pavot), assaisonnez et dorez au four à th. 6 (180 °C).

◆ **Beignets banachoco.** Faites frire les feuilles en beignets farcis d'1 carré de chocolat et d'1 rondelle de banane. Poudrez de sucre glace.

Avec des radis roses

◆ **Salade pimpante.** Mélangez en vinaigrette le zeste d'1 orange, 3 cuil. à soupe de jus d'orange, 1 cuil. à s. d'huile d'olive et 2 cuil. à café de vinaigre blanc. Servez avec 250 g de radis émincés, les quartiers d'1 orange pelés à vif et de la menthe fraîche ciselée.

◆ **Tartinade.** Mélangez 1/2 botte de radis émincés et 50 g de beurre aux cristaux de sel ramolli.

◆ **Légumes poêlés.** Cuisez 1 botte de radis épluchés dans 50 g de beurre, 1 cuil. à soupe d'huile d'olive et 5 cl d'eau, quelques minutes sur feu moyen dans une poêle en remuant. Assaisonnez.

Savoir & Faire

Mes roses givrées faites maison

De jolies fleurs délicatement cristallisées qui parfument et décorent vos desserts et apéritifs. Irrésistible !

POUR 20 FLEURS
SÉCHAGE : 12 H

PRÉPA 10 MINUTES

◆ **20 fleurs comestibles non traitées ou bio (pensées, violettes, primevères, pivoines, roses)** ◆ **4 cuil. à s. de sucre cristal** ◆ **1 blanc d'œuf.**

BATTEZ le blanc d'œuf avec une fourchette 20 secondes dans un bol pour le liquéfier sans le faire trop mousser. Versez le sucre cristal dans un bol.

BADIGEONNEZ légèrement les fleurs de blanc d'œuf battu à l'aide d'un pinceau. Poudrez-les de sucre en les tournant dans le bol.

DÉPOSEZ-LES au fur et à mesure sur une feuille de papier sulfurisé. Laissez-les sécher 12 h dans un endroit sec et un peu chaud (25 °C). Gardez-les dans une boîte hermétique remplie de sucre.

La star des fleurs givrées

La violette de Toulouse cristallisée est d'abord enrobée de sirop de sucre, poudrée de sucre glace, puis mise à sécher sur une grille. Une fois étuvée pour la déshydrater, la fleur est de nouveau plongée dans du sirop de sucre très chaud. Bien cristallisée et séchée, la violette est prête. Dans sa coque de sucre croquante, on retrouve la saveur de la fleur fraîche, miraculeusement intacte.

J'en fais quoi ?

■ **UN APÉRITIF TOULOUSAIN.** Déposez 3 violettes cristallisées dans une flûte à champagne. Ajoutez un trait de sirop de violette et complétez avec du champagne frappé.

■ **UN GÂTEAU MAGIQUE.** Poudrez un gâteau de sucre glace à travers une passoire fine. Décorez le dessus avec des pensées et des brins de coriandre cristallisés.

■ **UNE CHANTILLY DE FLEURS.** Fouettez de la crème fraîche liquide bien froide en chantilly. Incorporez délicatement des fleurs cristallisées et concassées.

Crabe farci à la rémoulade fruitée

À la belle saison, on apprécie la fraîcheur et le croquant de ce crabe farci aux notes exotiques.

A Belle bête
On le choisit lourd et foncé, car les clairs, qui viennent de finir leur mue, sont moins charnus. Il doit avoir gardé ses huit pattes et ses deux pinces.

B Gars ou fille ?
Les femelles ont des œufs (le corail) délicieux. Retournez l'animal et regardez la languette. Étroite, c'est un mâle, large, c'est une femelle.

C Le bouillon
On peut également faire le court-bouillon avec un produit instantané ou un bouillon de crustacés (Ariaké) dilués dans de l'eau bouillante.

D La sauce
L'huile de pépins de raisin permet de faire une sauce bien onctueuse, qui se conserve plusieurs heures au frais et qui ne se figera pas.

E Le bon vin
Le chardonnay est le cépage idéal. Avec cette recette, un petit-chablis vif fera face à la fois à la rémoulade et aux œufs de saumon.

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 1 H - CUISSON : 20 MIN

- **4 tourteaux vivants de 800 g**
- **80 g d'œufs de saumon**
- **1 oignon**
- **1 carotte**
- **2 pomélos roses**
- **400 g de pastèque**
- **1/2 citron vert**
- **8 brins de coriandre**
- **1 bouquet garni (thym, laurier, persil)**
- **1 jaune d'œuf**
- **5 cl de vinaigre**
- **2 cuil. à soupe de moutarde**
- **20 cl d'huile de pépins de raisin**
- **1 pincée de piment de Cayenne**
- **gros sel, sel fin.**

Comment donner plus de saveur à mon crabe ?

La réponse de notre expert, directeur des Écoles Lenôtre, Philippe Gobet

Salez bien l'eau de cuisson des crabes avec du sel gris, plus parfumé que le gros sel blanc. Le crabe prendra à la cuisson uniquement le sel nécessaire. Une branche de céleri coupée en petits bâtons apportera de la fraîcheur. Le nec plus ultra consiste à ajouter 1 cuillerée à café de graines de fenouil dans le bouillon en début de cuisson.

PRÉPARATION

1 Portez à ébullition 4 l d'eau avec une poignée de gros sel, le bouquet garni, le vinaigre, la carotte détaillée en rondelles et l'oignon pelé et découpé en quartiers. Attrapez les tourteaux derrières les pinces, plongez-les dans l'eau les pattes vers le bas. Couvrez quelques instants. Laissez bouillir pendant 15 min, puis égouttez et laissez tiédir.

2 Mélangez le jaune d'œuf et la moutarde. Ajoutez une pincée de sel. Versez l'huile en filet en fouettant comme pour préparer une mayonnaise. Incorporez le zeste râpé et le jus de citron, puis 1 pincée de piment de Cayenne. Réfrigérez.

3 Décortiquez les crabes quand ils sont tièdes. Détachez les pinces et pattes du coffre. Cassez les pinces et extrayez la chair. Séparez les deux parties du coffre et récupérez la chair entre les branchies. Réservez la partie crémeuse et le corail orange. Lavez et séchez les coffres.

4 Pelez les pomélos à vif. Prélevez les quartiers sans la peau. Pelez et épépinez la pastèque. Coupez-la en dés de 1 cm. Mélangez le corail et la partie crémeuse des crabes avec la sauce. Incorporez la chair des crabes, les fruits et la moitié des œufs de saumon. Rectifiez l'assaisonnement. Ajoutez la coriandre ciselée.

5 Farcissez les coffres des crabes avec la préparation. Décorez d'œufs de saumon et de coriandre. Servez frais mais non glacé sur des feuilles de bananier ou de salade.

LE BON OUTIL Des curettes sont indispensables pour sortir toute la chair du tourteau. Fendez les pinces avec un petit marteau pour éviter que des morceaux de carapace s'incrustent dans la chair, ce qui arrive avec les pinces à crustacés.

Le rayon

Ces gourmandises salées et sucrées nous font croquer la vie en rose.

Piquant et fruité
Pour réveiller magrets de canard et crustacés, offrez-leur une pointe de cette moutarde à la liqueur de framboise et au basilic. Raffiné !
Crème de framboise de Bourgogne et pointe de basilic, Maille, 5,50 € les 100 ml, boutiques Maille et vente en ligne.

Délice artisanal
Primée en 2011, cette confiture ne contient que du sucre de canne bio et des framboises meeker, très parfumées.
Atelier des Saveurs, 2,70 € le pot de 106 ml, dans les épiceries fines et vente en ligne.

Péché sucré
Irrésistibles, ces six tartelettes aux pralines se savourent avec une tasse de thé, ornées d'une boule de glace à la vanille ou seules, uniquement par gourmandise.
Véritables tartes à la praline, Sève chocolatier, 11,60 € l'étui de 90 g, boutique à Lyon et vente en ligne.

Girly Très croustillant, ce riz soufflé et enrobé de poudre de framboise est à grignoter tel quel ou dans un muesli. Idéal aussi en décoration de panna cotta ou gâteau.
Gli Aironi, 6 € le pot de 80 g, sur le site L'Épicerie des 4 Gourmets.

Croquant câlin Elles nous font craquer, ces mini meringues délicieusement friables. Parfaites pour un grignotage léger ou en décor sur les desserts.
Éric Bur, 1,95 €/100 g, vente en ligne et grandes surfaces.

rose

Comme un bouquet

Cette infusion de fleurs envoûte les sens. Une fois plongés dans de l'eau chaude, les boutons de rose libèrent leurs arômes délicats et sophistiqués.
Infusion de fleurs Interlude Poudré, 12,50 € le bocal de 40 g, dans les magasins Hédiard et vente en ligne.

Sucré-fleuri

Une gelée de jasmin accompagne ce foie gras de canard entier mi-cuit dans un accord suave. Une saveur puissante, dont il faut jouer avec parcimonie.
Le Jasmin, 17 € (85 g de foie gras), boutiques Comtesse du Barry et vente sur Internet.

Recette originale

Ces cubes de chocolat, faits à partir de fèves de cacao non torréfiées, de sucre de canne intégral et de sésame, sont parfumés à l'eau de rose. Délicat !
Songe d'Été, Rrraw, 15,70 € les 100 g, épiceries fines et vente en ligne.

Avec éclats

Fondants et gourmands, ces cubes de guimauve contiennent des pépites de framboise qui croquent sous la dent.
Guimauves Casino Délices, 2,95 € le sachet de 160 g, chez Casino.

Ils font les jolis cœurs

Couverts d'un glaçage parfumé à la rose et riches en amandes, ces gâteaux moelleux jouent la carte du tendre à l'heure du thé.
Délice à la Rose, 6,40 € le sachet de 150 g, Comptoirs Richard et vente en ligne.

Pâtisseries de rêve

On ne résiste pas à tant de douceurs ! Tiramisu aux fruits rouges, éclair à la griotte rose pop, religieuse crème, Grand Marnier, fraise et guimauve… Et puis zut, on les veut tous !
Éclair, 1,90 €. Tiramisu, 7,50 €. Religieuse, prix sur demande. Lenôtre réception, dans les boutiques Lenôtre et vente en ligne.

Rose comme une orange

Cet apéritif délicat marie vin bordelais et liqueur d'orange naturelle. Une saveur gourmande aux notes de fruits rouges, de fleur d'oranger et de pamplemousse.
Lillet rose, 12 € les 75 cl, grandes surfaces.

Douceur acidulée

Avec les fromages de chèvre et les terrines, proposez ce chutney de betterave aux notes sucrées et vinaigrées.
La Saison des Voisines, 3,30 € le pot de 60 g, dans les épiceries fines.

Réalisation : Catherine Lamontagne

■ Adresses en fin de numéro

Goûtés pour vous **en juillet**

SURPRISE SALÉE

Après 3 min au grille-pain, cette gaufre salée offre un cœur moelleux sous un dehors croustillant. Au saumon, associé au poireau ou à la courgette, elle a une saveur douce qui plaît aux petits comme aux grands. Parfaite en repas léger avec une salade, mais aussi en bouchées à l'apéritif (bel accord avec des rillettes de la mer) ou pour faire sensation à l'heure du brunch, avec des œufs brouillés.

La Gaufre !, Kritsen, 2,30 € la barquette de 100 g, en grandes surfaces.

LUNCH BOX D'ÉTÉ

Voilà de quoi manger à même la boîte en gardant le sourire ! Des salades aussi généreuses que goûteuses qui mettent de la gaieté dans les pauses repas. Les recettes n'ont rien d'original, mais sont cuisinées avec des ingrédients de qualité. Les pâtes sont cuites al dente, le poulet a du mordant, la verdure croque… Quatorze recettes de salades savoureuses, avec un petit faible pour la recette Caesar.

Salade Mix, 3,50 € à 4 € la barquette de 250 à 300 g selon la recette, en grandes surfaces.

CRÈME DE FROMAGE

Très à la mode en ce moment, cette cousine de la mozzarella est une spécialité des Pouilles (même si celle-ci est fabriquée dans la région de Rome). Elle se présente sous forme d'une boule de pâte filée, enrichie d'un cœur de crème. Dégustez cette burrata onctueuse à la cuillère, avec du sel, du poivre et un filet d'huile d'olive. Ou, comme certains, proposez sa richesse presque beurrée en dessert avec une marmelade d'agrumes. Un délice à un prix abordable.

La Burrata, Tréo, 2,80 € le pot de 125 g, en grandes surfaces.

BEAU BRUN LÉGER

Un des plaisirs du sucre, c'est son croquant, auquel s'ajoute un petit goût caramélisé quand il est roux. Lorsque ce dernier s'allie à la force de la stevia, le pouvoir sucrant est décuplé, mais l'apport calorique significativement réduit. Un compromis 100 % naturel, dont on saupoudre avec plaisir une tarte, une crêpe ou un gâteau, car grâce à sa texture cristallisée, ce sucre offre une bonne tenue à la cuisson.

Sucre roux & stevia, Pure Via, 4,80 € le sachet à bec verseur de 400 g, en grandes surfaces.

SAVEUR FRAÎCHE

On craque pour le fondant et la légèreté de ce fromage fouetté qui, le temps de l'été, est marié à la tomate, un filet d'huile d'olive, une pointe d'ail assez discrète et un soupçon d'origan. Il a un goût un peu acidulé à apprécier sur du pain toasté, en quenelle dans une soupe froide, en dip avec des crudités ou encore en fond de tarte avec des radis croquants.

Le Fromage Fouetté Madame Loïk, compotée de tomates, Paysan Breton, 1,70 € les 150 g, en grandes surfaces.

VITE, DES FRITES !

Vous êtes pressé et vous n'avez pas de congélateur ? Apprenez que faire des frites n'est plus une corvée. Taillées dans des pommes de terre de la variété bintje (la mieux adaptée à cette recette), ces frites fraîches sont prêtes à plonger dans la friteuse, si vous les aimez bien croustillantes, ou à dorer au four en quelques minutes, si vous les préférez moins grasses. Un format familial à saler comme on aime.

Frites fraîches, Lustucru, 3,50 € le sachet de 750 g, en grandes surfaces.

YAOURT GLACÉ

Célèbre dans les pays anglo-saxons, la vache rose pointe son museau en France avec ses petits pots individuels de glace au yaourt, les fameux *frozen yogurts,* ou "fro'yo" pour les initiés. Proposés nature ou avec un coulis et des éclats de mangue ou de fraise, ils associent leur douceur lactée à des "toppings" variés : fruits rouges frais, pépites de chocolat, fruits secs ou petits biscuits. Une nouvelle façon de déguster le yaourt pour un dessert sain et léger.

Frozen yogurt, Yoomoo, 2 € le pot de 185 ml, en grandes surfaces.

FÊTE POUR TOUS

Obtenu par un procédé de gazéification naturel, ce pétillant de pommes de variété juliet, la seule produite en bio uniquement, offre de fines bulles, un fruité remarquable et plein de douceur. On le sert frais à l'apéritif, avec les douceurs, ou on le verse sur une salade de fruits frais pour composer une soupe dessert.

Pétillant de fruit bio Juliet, 4 € la bouteille de 75 cl, en réseau biologique.

Réalisation : Catherine Lamontagne

BOEUF D'ECOSSE

INDICATION GÉOGRAPHIQUE PROTÉGÉE

Goût et saveur, C'est le Bœuf d'Ecosse

Des étendues sauvages, des pâturages authentiques, un air pur, des eaux claires et la passion de la qualité, cela se retrouve dans le Boeuf d'Ecosse.

Vous reconnaitrez le Boeuf d'Ecosse à sa cocarde bleue incluant le logo IGP (Indication Géographique Protégée). Le programme IGP est une initiative européenne assurant l' authenticité d'un produit traditionnel de qualité d'excellence, à caractère unique et propre à un terroir. C'est votre garantie de qualité et d'origine.

www.viandesdecosse.com | qms-france@wanadoo.fr | Tel: 02 28 07 28 00

Campagne financée avec l'aide de l'Union européenne.

QM2540_0b13

Décors rose bonbon

Tout sucre, ils personnalisent les desserts et leur donnent une touche pro. On n'y résiste pas !

1

2

3

Une touche de fantaisie. Principalement à base de sucre, la déco comestible se décline sous différentes formes : sucres pétillants, parfumés ou colorés, pâte à sucre (une sorte de pâte à modeler comestible), stylos de gel alimentaire, paillettes, perles, papillons, fleurs en sucre, mais aussi mini macarons, pralines, sirop ou pâte d'amande. Il y en a pour tous les goûts ! À dénicher sur Internet, dans les magasins spécialisés ou de loisirs créatifs et certaines jardineries.

Quel est leur intérêt ? Ces décors en sucre embellissent et parfument. Ils apportent une touche d'originalité à peu de frais. Pratiques et faciles à utiliser, ils s'adaptent aux desserts les plus simples comme aux plats festifs. Ils sont le petit détail qui change tout ! Amusants et ludiques, ils plaisent aux enfants.

Comment les utiliser ?

- Posez-les par touches sur les gâteaux, glaces, cupcakes, verrines, mousses…
- La pâte à sucre et la pâte d'amande recouvrent les gâteaux d'une finition comme chez le pâtissier.
- Les pétales de fleurs cristallisés personnalisent les cocktails.
- Pralines, mini biscuits roses de Reims, fleurs ou perles de sucre font bel effet sur une nappe pour égayer la table.
- Modelée en forme de fleurs, de cœurs ou d'animaux, la pâte à sucre fait des décorations appétissantes.

Les bons mariages

- Disposées au dernier moment sur un fraisier, les fleurs cristallisées apportent une jolie note de fraîcheur.
- Une pincée de sucre pétillant à la framboise donne du tonus à une mousse au chocolat et aux fruits rouges.
- Donnez un petit air de fête à une salade de nectarines et d'abricots en y disséminant quelques perles ou des cœurs en sucre roses.
- Embellissez les cupcakes d'étoiles en sucre roses : régressif et gourmand !
- Apportez une petite note de fantaisie à vos sorbets cassis ou coco en les parsemant de perles de sucre.
- Gourmands, les mini macarons ou les biscuits roses de Reims orneront une charlotte aux fruits rouges.

Réalisation : Béatrice Vigot Lagandré

4

5

La sélection de la rédaction

1. Pralines roses
Surnommée "or rose", cette spécialité est fabriquée avec des noisettes du Piémont et des amandes valencia. À éparpiller sur une table ou à poser sur un granité aux fraises ou une charlotte. Très chic !
Pralus, 23 € la boîte de 350 g, boutiques Pralus et sur leur site.

2. Roses entières cristallisées
Elles sont délicieuses à croquer seules ou apportent une touche colorée irrésistible dans une mousse au chocolat. Dans une coupe de champagne, effet spectaculaire et romantique garanti !
Thiercelin, 6,95 € le pot de 20 g, épiceries fines et sur leur site.

3. Sucre pétillant
Idéal pour illuminer les desserts et jouer l'espièglerie sur un gâteau d'anniversaire, dans un cocktail ou un fromage blanc, ce sucre à la fraise assure la surprise.
Quai Sud, 3,50 € les 35 g, épiceries fines et sur le site Mathon.

4. Perles de sucre roses
Elles donnent un air de fête et un style délicieusement rétro aux crèmes glacées, aux pièces montées et autres gâteaux d'anniversaire. Un produit craquant.
Éric Bur, 3,95 € le pot de 85 g, épiceries fines et sur leur site.

5. Pâte à sucre
Cette "pâte à modeler" facile à utiliser vous permet de customiser rapidement et très facilement toutes sortes de desserts. Un produit à la fois ludique et gourmand.
Pâte à sucre goût vanillé, Scrap Cooking, 5 € les 250 g, sur le site Bien Manger et magasins spécialisés.

■ Adresses en fin de numéro

Un gâteau pour faire sensation dans un goûter d'anniversaire.

Barbie en pâte à sucre

POUR 8 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
CUISSON : 45 MIN

◆ 1 sachet de préparation pour gâteau (parfum au choix) ◆ 500 g de pâte à sucre rose ◆ 1 stylo de gel alimentaire rose ◆ 40 fleurs en sucre (choisissez-en de deux tailles différentes) ◆ sucre glace ◆ 5 cuil. à soupe de miel liquide ◆ 1 poupée toute propre.

CHAUFFEZ le four sur th. 6 (180 °C).
VERSEZ la préparation pour gâteau dans un moule à charlotte. Enfournez et laissez cuire pendant 45 min. Démoulez le gâteau, laissez-le refroidir. Retaillez-le en forme de cône.
RETIREZ les jambes de la poupée. Piquez le buste dans le gâteau. Badigeonnez le gâteau de miel liquide.
SAUPOUDREZ le plan de travail de sucre glace. Étalez la pâte à sucre. Réservez-en la moitié. Découpez des petits disques dans le reste de pâte. Assemblez-les pour former des roses.
APPLIQUEZ une rangée de roses à la base du gâteau. Collez-les avec du sucre glace dilué dans de l'eau.
COUVREZ le gâteau avec la pâte réservée pour faire la robe. Disposez le reste de roses sur l'arrière de la robe en guise de traîne.
DÉCOREZ d'arabesques la robe de la princesse avec le stylo de gel alimentaire et collez les fleurs en sucre.

Cœurs noisette

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
RÉFRIGÉRATION : 1 H
CUISSON : 10 MIN

◆ 75 g de poudre de noisettes ◆ 70 g de beurre ◆ 30 g de sucre ◆ 1 jaune d'œuf ◆ 2 cuil. à s. de gelée de pomme ◆ 2-3 cuil. à soupe de mini cœurs en sucre multicolores.

MÉLANGEZ la farine avec le sucre et la poudre de noisettes. Ajoutez le beurre froid découpé en dés et le jaune d'œuf. Travaillez rapidement en ajoutant un peu d'eau au besoin. Ramassez en boule, filmez et réfrigérez 1 h.

PRÉCHAUFFEZ le four sur th. 6 (180 °C). Étalez la pâte sur 1/2 centimètre d'épaisseur. Découpez-y des cœurs à l'aide d'un emporte-pièce. Posez-les sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé. Enfournez et cuisez pendant 10 à 12 min.
LAISSEZ REFROIDIR les biscuits. Badigeonnez-les de gelée de pomme. Parsemez-les de mini cœurs en sucre multicolores en guise de décor.

CONSEIL Vous pouvez préparer la pâte la veille. Sortez-la du réfrigérateur 30 min avant de l'étaler pour qu'elle soit plus facile à manipuler.

Des petits cœurs irrésistibles à l'heure du thé… ou avec une coupe de champagne !

Rose

Tendre, fluorescent ou pop, ménagers pour donner une

❶ Le plus fifties

❷ Le plus pop

❸ Le plus fluo

1. RÉTRO

Ce réfrigérateur *made in Italy* fait revivre à lui seul les années cinquante ! L'émaillerie de Guastalla, en Émilie-Romagne, fabrique cette icône rétro dans d'innombrables décors, avec 1 ou 2 portes, ainsi que des gammes de lave-linge et lave-vaisselle. Réfrigérateur d'une capacité de 222 litres, dégivrage automatique, freezer*** de 26 litres, froid brassé. Classe énergétique A++, 40 dB.

FAB28RRO1, 151 x 60 cm, 1460 €, Smeg.

2. FLASHY

Ce grille-pain fait partie d'une collection de sept appareils aux courbes généreuses. Le porte-toasts chromé permet de réchauffer très facilement les viennoiseries. Si vous faites une indigestion de rose, il existe aussi en turquoise, vert, jaune ou orange. Thermostat et contrôle du dorage électroniques, fonction décongélation.

Modèle kMix, puissance 900 W, 22 x 15 x 16,5 cm, 70 €, Kenwood.

3. HIGH-TECH

Dans la famille fluo, on craque pour ce four à micro-ondes. Ses huit programmes automatiques calculent la durée de chauffe selon la nature de l'opération. Il maintient au chaud, décongèle et garde en mémoire trois plats favoris.

SE2613FP, plateau tournant 32 cm, 26 l, 900 W, 160 €, Brandt.

4. PRATIQUE

Ce mini robot tient sur un cercle de 17 cm de diamètre et ne dépasse pas 27 cm de haut. On peut donc le laisser coquettement exposé sur le plan de travail. Son moteur 400 W est capable de pétrir en une fournée jusqu'à 500 g de pâte brisée et de hacher 500 g de viande. Fourni avec une cuve d'1,7 litre, une mini cuve de 0,5 l, un couteau, deux disques réversibles pour émincer et râper, un presse-agrumes. Accessoires complémentaires en option.

Mini Plus, 200 €, Magimix.

5. FRAMBOISE

Le principe est simple : on place la cuve 10 h au congélateur, on y verse sa préparation de sorbet ou de glace, puis on referme le couvercle de cette sorbetière. Le mélange démarre et quarante minutes après, la consistance est parfaite. La cuve n'est pas trop grande pour trouver sa place dans le congélateur.

Eso 2, contenance 1,4 l, 23 x 21 cm de diamètre, 30 €, Essentiel b.

6. DESIGN

Sa forme originale et sa couleur réveillent en douceur. La verseuse, d'une capacité de 1,7 litre, est sans fil. Elle est équipée d'un filtre anticalcaire et s'arrête automatiquement à ébullition et en cas d'absence d'eau. Le niveau d'eau se voit dans la poignée. Grille-pain assorti dans la même gamme.

Réalisation : Laurence Zombek

électrique

le rose vous branche ? Notre sélection d'appareils touche girly à votre cuisine.

❹ Le plus multifonction

❺ La plus givrée

❻ La plus lilas

❼ La plus carrossée

❽ Le plus mythique

Bouilloire Pop Art, DA 924, 2 200 W, 23,5 x 12,6 cm, 50 €, White & Brown.

7. INTELLIGENTE

Sous sa couleur gourmande, cette machine permet de préparer plus de 40 boissons différentes. Du thé vert au latte macchiato en passant par l'expresso et le chocolat Milka, la machine sait reconnaître les dosettes (T-discs) à leur code-barre et adapte automatiquement la quantité d'eau, le débit et la température selon la boisson choisie. Capacité 1,4 l, 3,3 bars. Existe aussi en violine, blanc ou noir.

Tassimo Joy T43, machine multiboissons, puissance 1300 W, 150 €, Bosch.

8. CAMAÏEU

Né en 1920, le batteur sur socle KitchenAid a peu changé en 93 ans. La carrosserie en métal coulé, le mouvement planétaire, les accessoires interchangeables, tout y était dès l'origine ! Son design indémodable se renouvelle au fil des ans en couleurs. Et les roses se sont succédé depuis 9 décennies ! La gamme actuelle en compte trois. Bol acier 4,8 litres, 10 vitesses, livré avec crochet pétrisseur, fouet et batteur plat (autres accessoires en option). Existe en rose pastel, fuchsia ou sorbet framboise.

Robot Artisan, 300 W, 649 € (dont 100 € reversés pour la lutte contre le cancer du sein), KitchenAid.

Adresses en fin de numéro

L'ATELIER

Secrets de

CHIC & CHOC !

L'eau de tomate

Très parfumée et translucide, l'eau de tomate s'obtient en une nuit. On découpe des tomates en petits morceaux et on les laisse s'égoutter dans un torchon. On sert cette eau avec des plats à base de tomate pour lesquels il est difficile de trouver un vin qui convienne, avec des tartines de tapenade ou d'anchoïade, une chiffonnade de jambon… Cette eau peut aussi étonner dans les cocktails, servir de base à des soupes froides ou chaudes, ou se transformer en une gelée savoureuse. Essayez-la sans plus tarder.

VRAI OU FAUX ?

Les huîtres ne sont pas bonnes en été.

FAUX. On entend souvent dire qu'il faut manger les huîtres pendant les mois en "r", soit de septembre à avril. Autrefois, c'était justifié par les problèmes sanitaires liés au transport et à la saveur laiteuse des huîtres en période de reproduction durant les mois chauds. Ces problèmes ne se posent plus aujourd'hui. En effet, les huîtres attendent rarement plus de 24 h avant d'arriver à destination et la chaîne du froid est bien respectée. De plus, de nombreuses espèces d'huîtres sont désormais stériles. Elles ne sont donc pas laiteuses en été, mais seulement un peu plus grasses, car elles constituent une réserve d'énergie, qui leur apporte une saveur plutôt douce et très agréable.

C'est plus sain si...

Je cuisine avec les bons ustensiles

Ils sont nombreux ceux qui permettent de cuisiner sans matières grasses. Ils révèlent aussi la véritable saveur des aliments.

■ **Saisir et colorer :** poêles, sauteuses et woks antiadhésifs. Un couvercle diminue le temps de cuisson.

■ **Garder les propriétés nutritionnelles des aliments :** cuit-vapeur ou autocuiseur.

■ **Éviter de beurrer les moules :** on utilise du papier sulfurisé ou des moules en silicone.

■ **Cuisson au four :** on emploie le gril ou le tournebroche.

pro

Nos conseils, nos bons plans et vos astuces pour innover et progresser. Et les tours de main d'un grand chef.

C'est vous qui le dites

"Je prends la température de mon réfrigérateur. Comme ce n'est pas un modèle récent, j'évite de le régler sur trop froid. Environ 5 °C sur l'étagère du milieu, soit à peu près 2-4 °C en bas et 6-8 °C en haut. Les aliments sont bien conservés et je consomme moins d'électricité. En achetant un thermomètre à 3 €, j'ai fait un très bon investissement !"

Monsieur D., du Cher.

NICKEL

Le bicarbonate pour nettoyer sainement

Naturel, non polluant et très économique, le bicarbonate de soude vous permet, en toute simplicité, de détartrer, de laver et de désodoriser. Saupoudré sur une éponge, il vient à bout des traces de calcaire et des taches sur toutes sortes de supports, même sur les plus fragiles. De plus, il laisse les mains très douces. Déposé dans une petite coupelle, il neutralise les odeurs de votre réfrigérateur et de toutes sortes d'espaces confinés.

Le bicarbonate de soude, Jacques Briochin, 3 € les 500 g, dans les grandes surfaces.

MAGNIFIQUES BROCHETTES

Il est important que tous les éléments soient sur le même plan pour obtenir une cuisson homogène et une meilleure présentation. Pour cela, on taille les divers ingrédients à la même longueur et, en les faisant glisser, on les pique sur des brochettes huilées et maintenues sur une planche à découper.

Ça fait toute la différence

SOS LECTRICES

"Que faire quand on n'a plus de sel ?"

Attention, votre plat risque d'être vraiment fade ! Si vous n'avez pas de sauce de soja pour colorer la préparation, vous pouvez redonner du caractère à votre plat en ajoutant un ingrédient salé, comme des lardons ou du fromage.

ON DÉTOURNE

Les légumes comme des pâtes

C'est très simple, même si cela demande un peu de temps : on taille les légumes en lanières fines et les plus longues possible, et on les prépare comme des pâtes. Il suffit juste de surveiller le temps de cuisson, qui dépassera rarement les trois minutes. Quels légumes utiliser ? Pâtes longues : carottes, courgettes, côtes de bette, asperges, poireaux, céleri… Pâtes courtes : choux, poivrons, tiges de brocolis… Les fines tranches de navet, de betterave ou de céleri-rave permettent de préparer des lasagnes.

Master class avec… François Pasteau

Le chef de l'Épi Dupin, un "bistronomique" très couru du VIe arrondissement, à Paris, focalise sa cuisine sur les saisons et les produits du marché. Il nous livre trois astuces pour profiter des saveurs estivales.

Des beignets d'aubergine. L'été, c'est agréable, par exemple à l'apéritif. Pour qu'ils restent légers et digestes, je poche d'abord les tranches d'aubergine quelques minutes dans de l'eau bouillante. C'est une bonne méthode pour que les beignets ne "pompent" pas trop d'huile.

Un chutney estival. Je laisse compoter longtemps et sur feu très doux des morceaux de courgette, d'abricot (ou de tomate) et de gingembre avec un peu de sucre, de vinaigre et une pointe de curry. Le chutney (qui se conserve très bien au réfrigérateur) se marie avec les produits d'été comme la seiche ou le poisson grillé, la viande rôtie ou encore un œuf poché.

Un dessert doux et léger. En mélangeant à parts égales du fromage blanc et de la crème chantilly, j'obtiens une merveille de légèreté ! Moins grasse, plus onctueuse et gourmande cette préparation (on peut y ajouter une touche de vanille) est délicieuse avec les fraises et les framboises, ou les pêches et les abricots rôtis ou en soupe.

Réalisation : Philippe Roumégoux

5 TRUCS POUR RÉUSSIR

La cuisson à la plancha

1 **Une marinade plus savoureuse.** Le goût est plus présent si l'on mixe les ingrédients et qu'on en badigeonne les grillades à l'aide d'un pinceau de cuisine. On les enferme dans un sac en plastique que l'on garde 2 ou 3 heures au frais.

2 **Ne pas retourner trop vite.** Au début de la cuisson, tous les aliments adhèrent à la plancha. Patientez pendant 2 à 3 min avant de les retourner.

3 **Employer une cloche.** Cuisinez à l'étuvée et conservez tout le moelleux des aliments en les couvrant quelques secondes avant de les servir. *(Cloche pour plancha en Inox poli Eno, 22 cm, 49 € sur le site Delamaison).*

4 **Déglacer entre deux mets.** On évite les saveurs parasites (entre crevettes et côtelettes) en versant de l'eau fraîche sur la plancha chaude et éteinte avant de décoller les impuretés avec la pelle.

5 **Du papier pour les cuissons.** Les poissons fragiles ou les fruits sucrés (qui collent vite à la plancha) seront bien protégés par une feuille de papier sulfurisé. Huilez légèrement au préalable la surface et ne chauffez pas trop fort.

Retrouvez plus de conseils, de recettes et de leçons filmées sur le site de Cuisine Actuelle
www.cuisineactuelle.fr
et partagez vos bons plans sur :
lecteurs@cuisineactuelle.fr

Adresses en fin de numéro

Les services Cuisine Actuelle

Un renseignement sur le magazine ou sur l'abonnement, c'est ici.

Pour s'abonner

France métropolitaine
21,40 € au comptant

Par courrier
Service Abonnements Cuisine Actuelle
62066 Arras Cedex 9

Par téléphone
0826 963 964 (0,15 €/min)

Par Internet
Sur notre site :
www.prismashop.cuisineactuelle.fr

Pour contacter le service lecteurs

Par courrier
Service lecteurs Cuisine Actuelle
13 rue Henri-Barbusse,
92624 Gennevilliers

Par téléphone
France métropolitaine : **01 73 05 67 50**
DOM-TOM et étranger :
00 33 1 73 05 67 50

Par mail
lecteurs@cuisineactuelle.fr

Anciens numéros
Contacter le service abonnements :
adresses, téléphone et Internet ci-contre.

Crédits photos En couverture (chou à la mousse de fraise) : Sucré Salé/Food & Drink. Bauer Syndication : Oredia/Urizar, p. 77. Bru : p. 48. CNIEL/Les Studios Associés : Ribaut, p. 28(3). DR : p. 67, 78. Faccioli : p. 68-69(3). Getty Images : iStockphoto/Friis-Larsen, p. 79 ; Taxi/Schultheiss Selection GmbH & CoKG, p. 82. Hemis.fr : Amiel, p. 82 ; Nicolas, p. 82. Lamontagne : p. 79(6). Marielle/Gault : p. 1, 64, 66-67(7). Oredia : p. 58. Prismapix : Marielle/Gault, p. 43(3). Rouvrais : p. 18, 22. Studio X/Stockfood : Alack, p. 4, 56-57(3) ; Bischof, p. 31, 36 ; Brachat, p. 87(2) ; Burgess, p. 35, 38 ; Carlin, p. 4, 73 ; Diak Uis, p. 82 ; Duklas, p. 26, 54 ; Eising Studio, p. 28 ; Eising Studio/Food Photo & Video, p. 87 ; es-cuisine, p. 26, 55 ; Hole, p. 4, 30, 33, 34(2), 35, 36, 38(3) ; Palmer, p. 73 ; Picturepress/Thurmann, p. 60-61 ; Smend, p. 24 ; Stock, p. 4, 65 ; Tolhurst, p. 5, 26 ; Winkelmann, p. 6. Sucré Salé : Amiel, p. 44 ; Asset, p. 20, 45 ; Balme, p. 40 ; Caillaut, p. 78 ; Carnet, p. 24 ; Dapy, p. 78 ; Food & Drink, p. 41 ; Foodfolio, p. 59 ; Garcia, p. 22 ; Garcia/Photowork, p. 59 ; Langot, p. 32, 36 ; Lawton, p. 19, 85 ; Leser, p. 22 ; Marielle, p. 4, 46, 82 ; Nikouline, p. 80 ; Nurra, p. 83 ; Paquin, p. 7-9(3) ; Radvaner, p. 22, 40 ; Ramen, p. 20 ; Roulier/Turiot, p. 24, 32, 38, 55, 83, 87 ; Sellin, p. 50 ; Studio, p. 4, 46, 81, 83(2), 85(3) ; Sudres, p. 18 ; Thys/Supperdelux, p. 43. Taste/Verwey : www.lifestylefeature.com, p. 32, 36. Thinkstock : p. 3, 76-77(4). Viet : p. 80.

Les glaces à la fraise

Les crèmes et sorbets aussi voient rose. Six glaces pour se rafraîchir et fondre de plaisir.

Coup de cœur

CARTE D'OR
La sensation du fruit

La mention "plein fruit" n'est pas usurpée : ce sorbet a vraiment le goût de fraises parfumées. Souple et onctueux, il est ponctué de morceaux de fruits fondants, bien répartis dans la barquette. Dans une coupe avec un biscuit croquant, c'est le bonheur !

Le ⊕ Sucré juste comme il faut.

Le ⊖ Ce sorbet fond assez vite.

Sorbet fraise, 3,10 € le litre, en grandes surfaces.

BONNE MAMAN
Douce

Les amateurs de crème seront comblés par cette formule où le goût de crème domine, malgré la présence de fraises à 54 % ! Les fondus de fruits, eux, compléteront avec des morceaux de fraises.

Le ⊕ La composition clairement indiquée.

Le ⊖ Une texture assez grasse.

Crème glacée à la fraise, 4,95 € la barquette de 0,75 l, dans les grandes surfaces.

LA LAITIÈRE
Duo gourmand

De faux airs de glace italienne et une texture incroyablement mousseuse, facile à façonner dès la sortie du congélateur : cette glace fera le bonheur des gourmands.

Le ⊕ Elle donne de jolies boules bicolores.

Le ⊖ Elle contient des additifs.

Fraise parfum chantilly, 3,60 € la barquette de 0,9 l, dans les grandes surfaces.

PICARD
Tonique

Ce sorbet naturel, sucré et citronné est composé de purée de fraises enrichie de fraises confites. Sa couleur vive met en appétit et sa texture tient bien dans un cornet. À déguster à même le pot ou en quenelle sur un dessert.

Le ⊕ La petite cuillère sous le couvercle.

Le ⊖ Un prix assez élevé.

Sorbet fraise, Délice d'un Instant, 2 € le pot de 0,14 l, dans les magasins Picard.

CARREFOUR
Aérienne

Dès l'ouverture, laissez-vous surprendre par le ton guimauve pâle de cette glace mousseuse. Ce dessert à petit prix offre une saveur assez naturelle qui fait penser à un lait fraise ou à une confiserie. Surprenant !

Le ⊕ Les enfants vont l'adorer.

Le ⊖ Elle ne contient pas d'éclats de fraises comme sur la photo de l'emballage.

Glace à la fraise, 2,20 € le litre, magasins Carrefour.

BEN & JERRY'S
Pâtissière

Opération séduction pour cette glace assez dense et très gourmande, plus proche du gâteau que du fruit, et à la texture crémeuse ponctuée d'éclats de biscuits. Un agréable dessert, même si la fraise y est trop discrète.

Le ⊕ Sans colorant ni conservateur.

Le ⊖ Un produit assez calorique.

Strawberry cheesecake, 4,50 € le pot d'1/2 litre, dans les grandes surfaces.

Réalisation : Catherine Lamontagne

Cuisine Actuelle

Magazine mensuel
édité par
GROUPE PRISMA MEDIA

13 rue Henri Barbusse, 92230 Gennevilliers
Site Internet : www.cuisineactuelle.fr

Société en nom collectif au capital de 3 000 000 €,
d'une durée de 99 ans, ayant pour gérant
Gruner + Jahr Communication GmbH.
Ses trois principaux associés sont Média Communication
SAS, Gruner + Jahr Communication GmbH,
France Constanze-Verlag GmbH & Co KG

RÉDACTION
13 rue Henri Barbusse, 92624 Gennevilliers cedex
Téléphone : 01 73 05 45 45
Télécopie : 01 47 92 66 05

Pour joindre votre correspondant, composez le 01 73 05 suivi du poste de 4 chiffres indiqué après chaque nom.

Rédactrice en chef : Anne Gillet (6598)
Rédactrice en chef adjointe : Sophie Janvier (6592)
Directrice artistique : Marion Thérizol (6590)
Secrétariat : Sophie Lassous (6598)
Rédaction : Sophie Pasternak (recettes, 6604) et Isabelle Contrepas (magazine, 6605), chefs de service, Fabienne Haberthur (6606), chef de service adjointe, Thierry Roussillon (6603), chef de rubrique
Secrétariat de rédaction : Jean-Luc Michel, premier secrétaire de rédaction (6595), Christine Guérin (6594), Elsa de Lavergne (6593), Véronique Fève (6596)
Maquette : Michel Poyac (6607) et Carmen Gires-Gresa (6613), chefs de studio, Sylvain Feix, 1re maquettiste (6978), Ymkje Haringsma (6614), Corinne Letourneur (6608)
Photo : Sylvie Cornet, chef de service (6587), Sybille Joubert, chef de rubrique (6768)
Comptabilité : Catherine Villeneuve (4542)
Fabrication : Yann Saunier (6859)
Ont collaboré à ce numéro : V. Bestel, A. Blin-Gayet, A. Botrel, E. Cosler, A. de Crozet, M. Domange, M. Fiess, M.-C. Frédéric, C. Lamontagne, C. Masson, E. de Meurville, J.-F. Pfeiffer, T. Plazy, C. Quevremont, N. Renaud, P. Roumégoux, P. Sinsheimer, A. Tartarat, B. Vigot Lagandré, R. Yotis, L. Zombek.

PUBLICITÉ, MARKETING & DIFFUSION
Directrice exécutive Prisma Pub : Aurore Domont (6505). **Directrice commerciale adjointe grande conso :** Martine El Koubi (6410)
Directeur de publicité : Thierry Flamand (6426)
Responsables de clientèle : Anne-Charlotte Masseau (4540), Élise Naudin (6405). **Responsable planning-assistante commerciale :** Sarah Massignan (4694).
Directrice commerciale adjointe opérations spéciales : Géraldine Pangrazzi (4749). **Responsable opérations spéciales :** Frédérique Teisseire (6482) **Responsable commerciale exécution :** Marie-Annick Bobet (6476).
Directrice marketing client : Nathalie Lefebvre du Prey
Directeur commercialisation réseau : Serge Hayek
Directeur des ventes : Bruno Recurt
Directrice marketing : Claire Bernard
Chef de groupe marketing : Marion Salomon
Directrice des sites Internet : Sandrine Odin

Éditrice : Pascale Socquet
Directeur de la publication : Rolf Heinz

Service abonnements et anciens numéros :
62066 Arras Cedex 9.
Tél. 0811 23 22 21
(prix d'une communication locale)
www.prismashop.cuisineactuelle.fr

Photogravure : Allo Scan

Imprimé en Allemagne :
Prinovis Itzehoe, am Vossbarg, 25524 Itzehoe
Distribution : Presstalis
ISSN : 09893091. Commission paritaire : n° 0114 K 84150
Création janvier 1991
© 2013 Prisma Média
Dépôt légal : juin 2013
La rédaction n'est pas responsable de la perte ou de la détérioration des textes ou photos qui lui sont adressés pour appréciation. La reproduction, même partielle, de tout matériel publié dans le magazine est interdite.

OJD PRESSE PAYANTE Diffusion Certifiée 2012

Audience mesurée par AUDIPRESSE

5 raisons de découvrir la Ville rose, Toulouse

1 Petit-déjeuner au Bibent

Reprise par Christian Constant, la brasserie emblématique de la place du Capitole, classée monument historique, affiche complet. Une bonne façon d'en profiter en toute tranquillité est d'y prendre le petit déjeuner (22 €), avec fromage basque, jambon de Bayonne, confitures de Christine Ferber et de superbes viennoiseries.

2 Déguster la violette sous toutes ses formes

Depuis vingt ans, Hélène Vié s'emploie à réhabiliter la subtile violette de Toulouse. Sur sa péniche (à la coque violette) amarrée sur le Canal du Midi face à la gare, elle vend plus de 150 produits parfumés tels les confits de fleurs, les macarons et la moutarde à la violette. L'été, on sirote sur le pont supérieur un Coca à la violette ou un thé gourmand avec meringues, dragées et fleurs cristallisées (2,50 € et 7 €).

3 Se régaler de glaces salées

Rue des Filatiers, venez déguster chez Philippe Faur, maître artisan glacier ariégeois, les macarons glacés à la truffe ou au foie gras. Les barquettes aux 40 parfums sucrés sont délectables, mais les équilibres parfaits des 15 saveurs salées (roquefort, ciboulette…) tiennent du tour de force. En plat du jour, les ravioles à la glace au foie gras ou la salade servie avec un sorbet aux piquillos (9,50 €) sont à tester !

4 Faire ses courses au marché Victor-Hugo

Approcher ces grandes halles blanches attiré par l'odeur du café de la torréfaction Bacquié est déjà un plaisir. Dès l'entrée, les vitrines de la fromagerie Xavier aiguisent l'appétit, comme, à l'intérieur, les étals de la Maison Garcia et leur saucisse de Toulouse ou ceux de L'Arbre aux délices pour leur porc noir de Bigorre. Au premier étage, des tables permettent de déguster tous ces délices sur le pouce.

5 S'offrir un étoilé

Le menu à 49 € imaginé par le chef étoilé Michel Sarran pour le déjeuner est une véritable affaire : les vins qui accompagnent chaque plat, de la mignardise au dessert, sont compris dans l'addition et bien choisis. En quittant ce havre de paix, n'hésitez pas à vous offrir une petite promenade dans le jardin japonais voisin.

Réalisation : Aliette de Crozet

Adresses en fin de numéro

CHAQUE MOIS, NOUS PUBLIONS LA MEILLEURE RECETTE DÉPOSÉE SUR NOTRE SITE

Félicitations à Angèle, qui gagne 1 an d'abonnement à Cuisine Actuelle avec cette délicieuse recette postée sur notre site.

Tarte chocolat framboise

POUR 6 PERSONNES - PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 25 MIN - RÉFRIGÉRATION : 3 H

La pâte sucrée
- 200 g de farine
- 125 g de beurre mou
- 80 g de sucre glace
- 50 g de poudre d'amandes
- 1 œuf
- 1 pincée de sel.

La ganache
- 200 g de chocolat noir
- 25 g de beurre doux
- 20 cl de crème fraîche liquide
- 1 gousse de vanille
- 2 barquettes de framboises.

PRÉPAREZ la pâte sucrée. Mélangez du bout des doigts la farine, le beurre, le sucre glace, le sel et la poudre d'amandes dans un saladier. Liez bien le tout de façon à obtenir un sable homogène. Ajoutez l'œuf et pétrissez la pâte jusqu'à ce qu'elle forme une grosse boule.
LAISSEZ-LA DURCIR pendant 1 h au réfrigérateur.

ÉTALEZ la pâte sucrée sur une épaisseur de 3-4 mm à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Garnissez-en un moule à tarte graissé et cuisez à blanc pendant 20 min à th. 6-7 (170 °C). La pâte doit être uniformément dorée. Laissez-la refroidir.
PRÉPAREZ la ganache. Hachez le chocolat noir. Réservez-le dans un saladier. Coupez la gousse de vanille en deux. Mettez-la dans une casserole avec la crème fraîche liquide. Portez à ébullition. Versez la crème sur le chocolat au travers d'un tamis. Mélangez bien afin de faire fondre le chocolat, puis ajoutez le beurre découpé en morceaux.
GARNISSEZ le fond de tarte de ganache. Lissez bien la surface. Répartissez les framboises sur le dessus de la tarte sans trop les enfoncer dans la ganache.
RÉSERVEZ 2 h au réfrigérateur avant de servir.

LA BOTTE SECRÈTE D'ANGÈLE

Tout en saveurs

"Pour la réalisation de la pâte sucrée, vous pouvez ajouter un arôme. Quelques gouttes d'eau de rose, par exemple, rendent le chocolat moins amer en bouche. Autre variante, pour un goût plus exotique, remplacez la moitié de la crème dans la ganache par du lait de coco et saupoudrez la tarte de noix de coco râpée !"

Postez votre recette sur notre site et gagnez des cadeaux !

Faites-nous partager vos plus belles recettes en les postant avec une photo sur cuisineactuelle.fr
Les meilleures vous permettront de gagner des cadeaux et notre recette coup de cœur sera publiée dans le magazine.

Recette INTERNAUTE

Eau de rose et roses séchées du Sud marocain

Les plus belles et parfumées poussent au printemps, dans la bien nommée vallée des Roses, dans l'oued du Dadès, au pied du Haut Atlas. Ces roses servent traditionnellement à faire de l'eau de rose, dont on aromatise les crèmes, les pâtisseries, les glaces et même certains plats de volaille. Les pétales sont très utilisés dans les cuisines orientale, moyen-orientale et du pourtour de la Méditerranée. La saveur ronde et sensuelle de la rose séchée parfume le thé, les salades, le miel… Fraîches, les roses peuvent également servir dans les confitures, les gelées ou les liqueurs.

La planète rose

Qu'il soit turc ou indien, le rose s'affiche sur les spécialités des quatre coins du monde.

Les roscas mexicaines

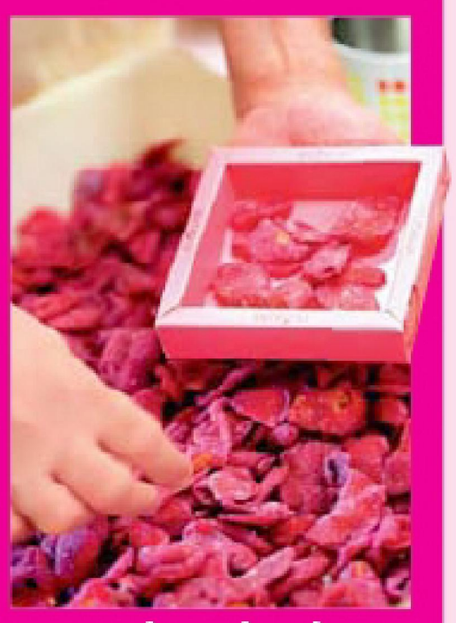
Ces biscuits ronds troués au centre font penser au donut américain. Il en existe autant de recettes que de foyers en Amérique latine ! Les *roscas de vino,* par exemple, sont de petits sablés à base d'amandes et de vin blanc. Certaines roscas sont frites à la façon des beignets. Elles sont toujours décorées d'un glaçage ou de sucre coloré.

Les loukoums de Turquie

Cette confiserie à base de sucre, d'amidon et de miel est souvent parfumée à la rose. Apparue il y a près de cinq cents ans, c'est l'une des plus anciennes confiseries au monde. Selon la légende, le loukoum a été inventé à la demande d'un sultan turc pour ses maîtresses. En 1776, Hadji Bekir installe à Istanbul la première boutique spécialisée. Très vite, le loukoum devient le cadeau que se font les amoureux. Le succès est tel qu'Hadji Bekir est nommé confiseur en chef à la cour du sultan. À Istanbul, on trouve aujourd'hui encore de nombreuses confiseries où acheter des loukoums. On les trouve aussi vendus en vrac au bazar égyptien, dans le quartier d'Eminönü.

Pétales de rose du Midi

Près de Grasse, où la célèbre rose *centifolia* a inspiré les plus grands noms de la parfumerie, la confiserie Florian, à Tourrettes-sur-Loup, utilise les gros pétales de la rose tango pour confectionner des fleurs cristallisées. Ils sont mélangés au sucre candi et baignés pendant 12 heures dans le sirop.



Le lhassi à la rose des bords du Gange

En Inde, cette boisson traditionnelle originaire du Pendjab est préparée à base de yaourt. Au restaurant, elle calme le feu des épices, difficile à supporter pour les palais peu habitués à une cuisine si relevée ! Mais en Inde, le lhassi est dégusté en dehors des repas nature, épicé, salé ou sucré. Cette dernière version est en général à la rose, à la mangue ou à la banane.

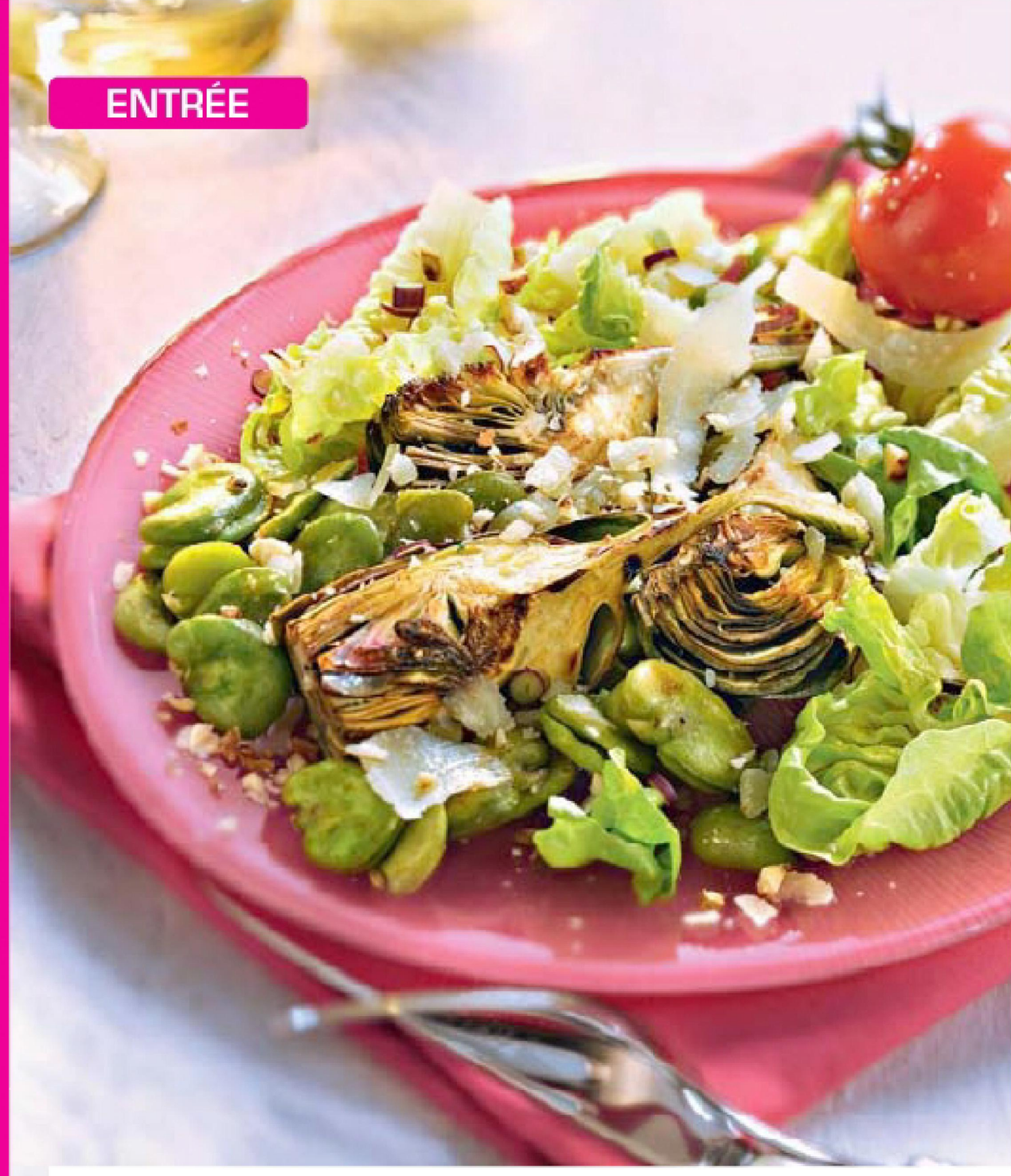
Réalisation : Fabienne Haberthur

FICHES

ENTRÉE

Tarte fine au saumon fumé

ENTRÉE

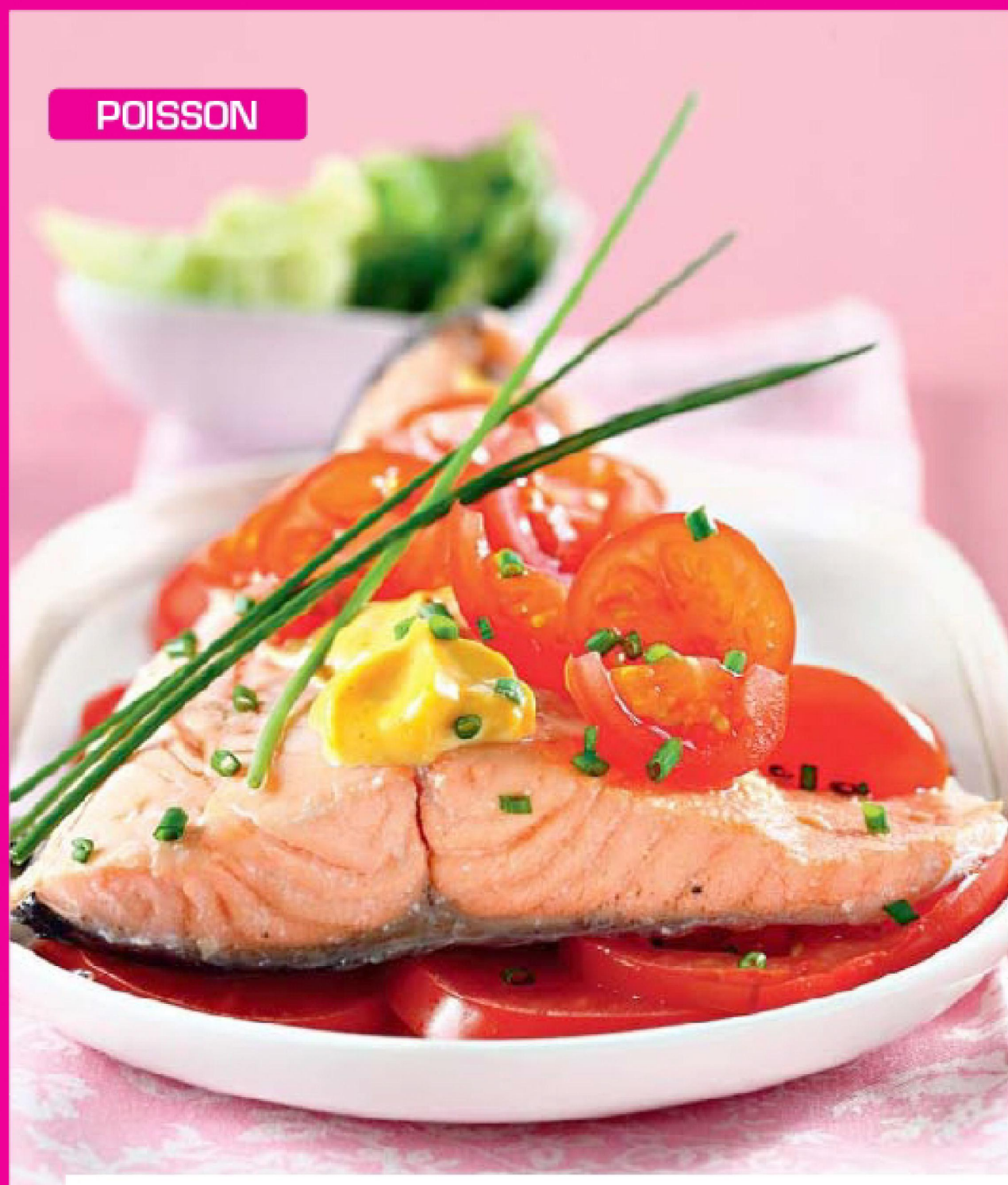


Salade de fèves et poivrades

POISSON

Maquereaux du bayou

POISSON



Saumon tiède aux tomates

Cuisine Actuelle

Salade de fèves et poivrades

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 15 MIN

- 8 artichauts poivrades
- 300 g de fèves écossées
- 1 cœur de laitue
- 1 citron
- 40 g de parmesan
- 40 g de noisettes décortiquées
- 1 cuil. à c. de velours de balsamique (Maille)
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin.

1 Brisez la tige des artichauts à 2 cm des têtes. Eliminez les premières feuilles et le sommet. Coupez en quartiers, retirez le foin et citronnez. Cuisez 5 min à l'eau bouillante salée. Ajoutez les fèves et cuisez 5 min. Égouttez, laissez tiédir.

2 Faites revenir les artichauts 5 min dans 2 cuil. à s. d'huile. Ajoutez les fèves pelées. Mélangez 1 min. Assaisonnez. Mélangez 1 cuil. à s. de jus de citron, le velours de balsamique et le reste d'huile dans un bol. Assaisonnez.

3 Répartissez les artichauts, les fèves et la laitue sur quatre assiettes. Parsemez d'éclats de noisettes et de copeaux de parmesan. Arrosez de vinaigrette au dernier moment.

Les bons aromates

L'ail est l'ami des artichauts et la sarriette la complice des fèves. Ajoutez-les dans l'eau de cuisson, puis écrasez l'ail dans la sauce.
Vin : côtes-de-provence blanc.

Cuisine Actuelle

Tarte fine au saumon fumé

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ RÉFRIGÉRATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 20 MIN

La garniture

- 4 tranches de saumon fumé
- 30 g d'œufs de saumon
- 150 g de fromage frais
- 1/2 citron
- 1 bouquet d'aneth
- poivre blanc.

La pâte

- 3 petits-suisses (180 g)
- 180 g de farine
- 90 g de beurre
- 1 pincée de sel.

1 Mélangez la farine, les petits-suisses, le beurre mou et le sel. Ramassez en boule. Glissez 30 min au frais.

2 Chauffez le four à th. 6-7 (200 °C). Étalez finement la pâte entre 2 feuilles de papier cuisson. Posez-la sur une plaque et piquez-la avec une fourchette. Cuisez 20 min.

3 Mélangez le fromage frais, 1 filet de jus de citron et l'aneth ciselé (réservez 2 brins pour le décor). Poivrez. Garnissez-en le fond de pâte froid. Recouvrez avec les tranches de saumon fumé. Décorez le dessus avec les œufs de saumon et l'aneth restant finement ciselé.

La juste proportion

La pâte aux petits-suisses est aérienne et facile à faire : autant de farine que de petits-suisses et moitié moins de beurre.
Vin : entre-deux-mers (bordeaux blanc sec).

Cuisine Actuelle

Saumon tiède et tomates acidulées

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 15 MIN ◆ CUISSON : 10 MIN

- 4 pavés de saumon (150 g chacun)
- 2 grosses tomates
- 400 g de tomates cerises
- 1 citron
- 4 cuil. à soupe de mayonnaise
- 1 cuil. à c. de curry
- 1 cuil. à soupe de vinaigre de tomate (Mutti)
- 12 brins de ciboulette
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- fleur de sel, sel fin, poivre du moulin.

1 Arrosez les pavés de saumon de jus de citron. Enveloppez-les dans du film alimentaire. Cuisez-les 10 min à la vapeur.

2 Mélangez le curry et la mayonnaise. Réservez. Coupez les tomates en rondelles et les tomates cerises en quartiers.

3 Posez les rondelles de tomates sur les assiettes. Assaisonnez. Arrosez d'huile et de vinaigre. Posez dessus les pavés de saumon. Salez. Décorez les pavés d'une rosette de mayonnaise épicée et de ciboulette ciselée. Servez en proposant le reste de mayonnaise à part.

Astuce pratique

Si vous ne trouvez pas de vinaigre de tomate, préparez votre assaisonnement avec du vinaigre balsamique.
Vin : pouilly-fumé (blanc sec de Loire).

Cuisine Actuelle

Maquereaux du bayou aux épices cajun

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ CUISSON : 25 MIN

- 4 maquereaux vidés
- 2 citrons verts
- 2 cuil. à soupe de moutarde forte
- 2 cuil. à café de mélange cajun
- sel fin.

Le taboulé de quinoa

- 1 citron
- 1 échalote
- 2 oignons frais
- 12 brins de ciboulette
- 200 g de quinoa gourmand (Tipiak)
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre.

1 Cuisez le quinoa 12 min à l'eau bouillante salée. Égouttez. Arrosez d'1 mince filet d'huile. Versez le jus du citron, le reste d'huile, l'échalote et les oignons hachés. Assaisonnez.

2 Coupez 1 citron en dés, l'autre en rondelles. Salez les maquereaux, remplissez-les de dés de citron. Enduisez-les de moutarde et posez-les sur un lit de rondelles de citron sur la grille du four. Parsemez d'épices cajun. Cuisez au gril 6 min par face. Badigeonnez l'autre face de moutarde et d'épices à mi-cuisson. Servez décoré de ciboulette ciselée.

Variez les plaisirs

Pour changer, vous pouvez remplacer le quinoa gourmand (quinoa et boulghour) par du quinori (quinoa, riz et sésame).
Vin : sauvignon de Touraine.

PLAT

Navarin à la bretonne

PLAT

Côtelettes d'agneau

DESSERT

Île flottante aux berlingots

DESSERT

Sucettes aux fruits rouges

Cuisine Actuelle

Côtelettes d'agneau et wok vert

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ CUISSON : 20 MIN

- 8 côtelettes d'agneau
- 1 cuil. à soupe d'herbes de Provence
- 1 brin de romarin
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- fleur de sel, mélange cinq-baies.

Le wok vert

- 4 petites courgettes
- 150 g de fèves
- 1 oignon rouge
- 1 gousse d'ail
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- piment d'Espelette.

1 Huilez les côtelettes d'agneau. Parsemez-les d'herbes de Provence et de romarin effeuillé.

2 Pelez les courgettes en gardant une bande de peau sur deux, coupez-les en rondelles. Plongez les fèves écossées 2 min dans de l'eau bouillante salée. Rafraîchissez-les, égouttez-les et retirez la peau. Hachez l'oignon et l'ail.

3 Faites griller les côtelettes 4-5 min par face sur un gril. Assaisonnez. Faites revenir les courgettes avec l'huile dans un wok 3 min à feu vif. Ajoutez les fèves et l'ail. Cuisez 2 min. Ajoutez l'oignon. Assaisonnez et servez avec les côtelettes.

Le choix du boucher

Achetez des côtelettes premières avec une chair maigre, secondes ou découvertes avec une chair plus grasse.
Vin : côtes-du-rhône rouge.

Cuisine Actuelle

Navarin à la bretonne

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ CUISSON : 40 MIN

- 800 g d'épaule d'agneau coupée en morceaux
- 250 g de brocoli et de chou-fleur
- 250 g de cœurs d'artichauts
- 150 g de champignons de Paris
- 150 g de petits pois
- 1 blanc de poireau
- 12 tomates cerises
- 1 cuil. à soupe de concentré de tomate
- 20 cl de vin blanc
- 30 cl de bouillon de volaille
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin.

1 Faites dorer les morceaux de viande de tous côtés dans l'huile à la cocotte. Assaisonnez.

2 Ajoutez le brocoli et le chou-fleur détaillé en fleurettes, les cœurs d'artichauts coupés en quatre, les petits pois, les champignons et le blanc de poireau coupé en petits tronçons. Ajoutez le concentré de tomate délayé dans le vin. Laissez réduire de moitié. Versez le bouillon, puis cuisez 15 min. Ajoutez les tomates cerises avant de servir.

Subtilement épicé

Ajoutez une pointe de colombo dans le bouillon pour rehausser très légèrement la saveur de ce plat mijoté.
Vin : rosé de Corse.

Cuisine Actuelle

Sucettes aux fruits rouges

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION : 15 MIN ◆ RÉFRIGÉRATION : 3 H

- 6 petits-suisses (360 g)
- 125 g de fruits rouges (fraises, framboises et groseilles)
- 4 cuil. à soupe de sirop de grenadine.

1 Nettoyez les fruits rouges. Mixez-les avec le sirop de grenadine. Filtrez le coulis à travers une passoire fine.

2 Fouettez les petits-suisses (gardez les pots) avec le coulis de fruits rouges dans un saladier. Versez dans les pots de petits-suisses rincés et essuyés en les remplissant aux trois quarts. Plantez un bâtonnet au centre. Placez 3 h au congélateur. Démoulez et dégustez glacé.

Encore plus gourmand

Sitôt démoulées, roulez les sucettes glacées dans de la chantilly, puis dans des miettes de meringue.
Vin : muscat de Rivesaltes.

Cuisine Actuelle

Île flottante aux berlingots

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 10 MIN ◆ RÉFRIGÉRATION : 1 H

- 3 œufs extra-frais
- 12 berlingots
- 40 cl de lait entier
- 80 g de sucre.

1 Mettez les berlingots dans un sac plastique. Concassez-les avec un rouleau à pâtisserie.

2 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Montez les blancs en neige. Ajoutez 20 g de sucre en battant. Chauffez le lait dans une casserole. Formez 4 quenelles de blancs à l'aide de 2 cuillères à soupe. Pochez-les 30 secondes de chaque côté dans le lait frémissant. Retirez-les avec une écumoire.

3 Filtrez puis reversez le lait dans la casserole. Ajoutez la moitié des berlingots. Portez à ébullition en tournant. Fouettez les jaunes d'œufs avec 20 g de sucre dans une jatte. Délayez avec le lait bouillant en fouettant. Reversez dans la casserole. Laissez épaissir à feu très doux en tournant sans faire bouillir. Laissez refroidir, filmez et réfrigérez 1 h. Répartissez la crème dans quatre coupelles. Posez les îles flottantes et décorez d'éclats de berlingots.

Une crème facile à réaliser

Ajoutez 1 cuil. à café de fécule de maïs dans le mélange jaunes-sucre. Moins fine en bouche, la crème supportera l'ébullition.
Vin : crémant de Limoux rosé.

Tous vos rendez-vous Cuisine

NOUVEAU

Facile, la pâtisserie !

- Tartes et clafoutis : recettes express et super créatives.
- Millefeuille étape par étape.
- Délices au chocolat.
- Fête des Mères : un gâteau surprise.
- Et aussi : 4 vacherins, biscuits au cœur fruité, desserts aux fruits de saison et 13 pages de conseils.

● Pâtisserie Cuisine Actuelle *n° 2, 2,90 €, en kiosques.*

SUR LE WEB

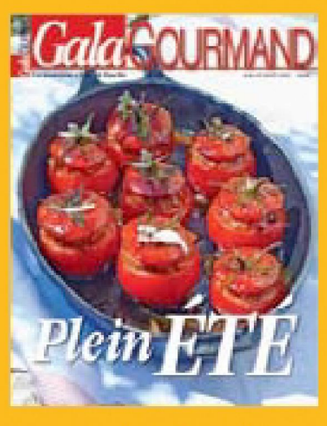
Recette INTERNAUTE

Postez vos recettes sur le site cuisineactuelle.fr et gagnez des cadeaux !

Partagez vos plus belles recettes avec la communauté de Cuisine Actuelle. Elles seront publiées sur le site avec leur photo et vous feront gagner des cadeaux.

DÈS LE 26 JUIN

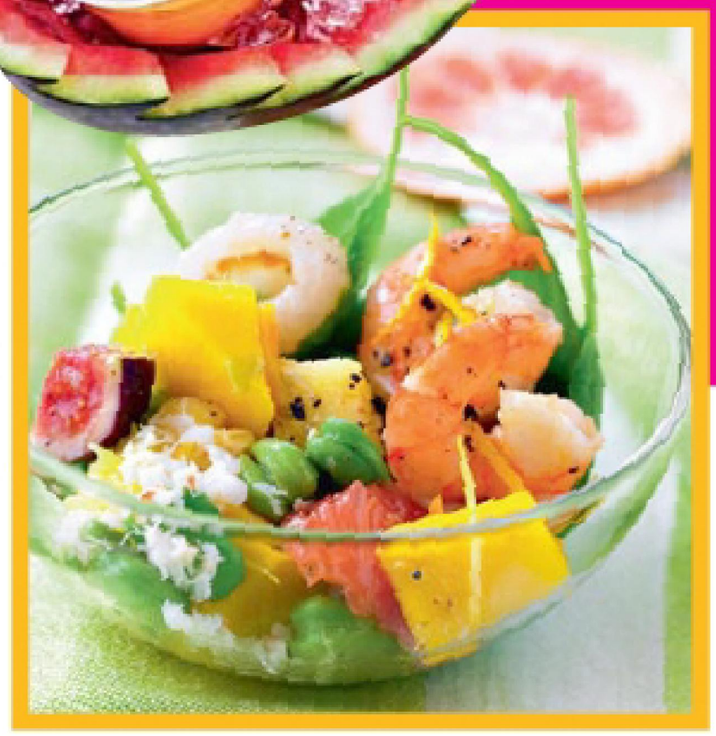
Délices plein été



- Barbecue party : Idées faciles pour mettre le feu !
- Christophe Michalak : sa charlotte à la pêche, à l'abricot et à la dragée.
- New-look : Trois idées pour faire swinguer la classique tomate-mozzarella.

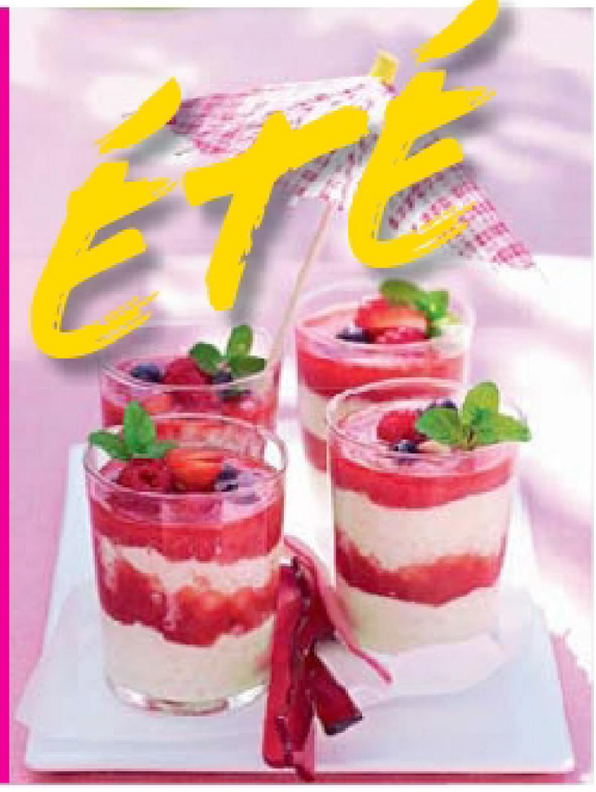
● Gala Gourmand *n° 135, 3,90 €.*

Le mois prochain dans Cuisine Actuelle



DOSSIER

Saveurs d'ÉTÉ



On fait le plein de **couleur** et de **douceur** sous le soleil… enfin !

ET AUSSI

● Aïoli ● Pastèque et melon ● Pickles maison ● Muscadet ● Pâtes autrement…

ÇA CHANGE

Séquence nostalgie avec ces **pêches Melba** qui prennent un joyeux **coup de jeune !**

AU MARCHÉ

Tomates, **poitrine de porc** ou myrtilles sont à leur meilleur. Vite, **on en profite !**

En vente dès le 15 juillet

CARNET D'ADRESSES

Albert de Thiers : 04 73 80 11 52 **Arômes & Gourmandiz :** 01 47 41 96 55 **Around the Wall :** 01 42 78 39 50 **Atelier des Saveurs :** 02 98 57 01 27 **Autour du Riz :** 04 76 89 33 54 **Ayala :** 03 26 55 15 44 **Beauvillé :** 03 89 73 74 74 **Betjeman & Barton :** 01 42 65 86 17 **Bibent :** 05 34 30 18 37 **Bien Manger :** 04 66 32 90 80 **Bosch :** 08 92 69 80 10 **Brandt :** 08 92 02 88 01 **Café de la Paix :** 01 40 07 36 36 **Cave de Turckheim :** 03 89 30 23 60 **Château Grand Boise :** 04 42 29 22 95 **Château Mourgues du Grès :** 04 66 59 46 10 **Château Rouquette-sur-Mer :** 04 68 65 68 65 **Clotilde Davenne :** 03 86 41 46 05 **Comtesse du Barry :** 05 62 67 98 70 **Comptoir de Famille :** 04 74 83 56 66 **Comptoirs Richard :** www.comptoirsrichard.fr **Daycollection :** shop.graindecouleur.com **Delamaison :** 08 92 23 01 20 **Domaine Éole :** 04 90 95 93 70 **Domaine Le Retour aux Sources :** 06 74 50 51 24 **Drappier :** 03 25 27 40 15 **Éric Bur :** www.ericbur.fr **Essentiel b :** www.essentielb.fr **Esterlin :** 03 26 59 71 52 **Fleux :** 01 53 00 93 30 **Fly :** www.fly.fr **Fromagerie Xavier :** 05 34 45 59 45 **Glamoureuse :** www.glamoureuse.fr **Hédiard :** www.hediard.com **Hélène Vié :** 05 61 99 01 30 **Hema :** www.hema.fr **Incidence :** 01 45 34 07 00 **Jean-Marc Brocard :** 03 86 41 49 00 **Kenwood :** www.kenwoodworld.com/fr-FR/ **KitchenAid :** 09 69 32 05 00 **La Cerise sur le Gâteau :** www.cerisesurladeco.com **L'Arbre aux Délices :** 05 61 29 81 56 **La Saison des Voisines :** 06 76 00 79 14 **Le Grand Comptoir :** 01 40 49 00 95 **Lenôtre :** 0 811 656 656 **L'Épicerie des 4 Gourmets :** 04 50 23 70 41 **LSA :** www.lsa-international.com **Madeleine Market :** 09 62 01 41 56 **Magimix :** 01 43 98 36 36 **Maille :** www.maille.com **Maison Garcia :** 05 61 23 10 62 **Maisons du Monde :** 02 51 71 17 17 **Maîtres Vignerons de la presqu'île de Saint-Tropez :** 04 94 56 40 17 **Mariage Frères :** 01 43 47 18 54 **Marks & Spencer :** 08 00 90 07 05 **Mathon :** www.mathon.fr **Michel Sarran :** 05 61 12 32 32 **Nature & Découvertes :** 01 83 77 00 00 **Nouvelle Agriculture :** www.lanouvelleagriculture.coop **Oliviers & Co :** 08 00 03 28 96 **OT Toulouse :** 0 892 18 01 80 **Patrice Colin :** 02 54 72 80 73 **Pied de Poule :** 06 68 62 85 55 **Philippe Faur :** 05 62 73 11 89 **Point à la Ligne :** www.pointalaligne.fr **Pralus :** 01 57 40 84 55 **Prieuré Saint-Julien :** 04 66 90 11 03 **Rousselon Frères & Cie :** 04 73 80 46 22 **Rrraw :** www.rrraw.fr **Sabre :** 01 30 09 50 00 **Sève chocolatier :** 04 78 35 04 21 **Smeg :** 02 35 12 14 27 **Sturia :** 05 57 34 45 40 **Sylvain Caron :** 01 46 12 17 18 **Tanoshi :** www.tanoshi.fr **Terre de Café :** www.terredecafe.com **Terre Vivante :** 04 76 34 80 80 **Thiercelin :** 01 44 78 96 74 **Thiriet :** www.thiriet.com **Vranken :** 03 26 61 62 63 **White & Brown :** 03 86 83 90 90 **Wine Note :** www.tutiac.com **Winkler :** 03 88 79 54 99 **YooCook :** 01 34 11 38 38.

NOUVELLE TWINGO PURPLE.

TELLEMENT ÉQUIPÉE QU'ON EN OUBLIERAIT PRESQUE QUE C'EST UNE PETITE VOITURE.

CLIMATISATION
RADIO BLUETOOTH® MP3 AVEC USB
SIÈGES ARRIÈRE INDÉPENDANTS ET COULISSANTS

À PARTIR DE 9390 €*
BONUS ÉCOLOGIQUE DE 200 € DÉDUIT - SOUS CONDITION DE REPRISE

RENAULT QUALITY MADE

MODÈLE PRÉSENTÉ AVEC OPTIONS TOIT OUVRANT ET PEINTURE MÉTALLISÉE : +1170 €

*Prix conseillé pour l'achat d'une Twingo Série Limitée Purple 1.2 LEV 16V 75 eco2, déduction faite de **200 €** de bonus écologique, **1410 €** de remise et **1000 €** de prime Renault pour la reprise d'un véhicule de plus de 8 ans par rapport au prix conseillé de **12000 € selon tarif n° 2194 au 02/07/2013**. Offre non cumulable, réservée aux particuliers dans le réseau Renault participant **jusqu'au 31/08/2013.**

Consommation mixte (l/100 km) : 4,5. Émissions CO_2 (g/km) : 105. Consommation et émissions homologuées.

RENAULT QUALITY MADE : la qualité par Renault. Renault préconise elf

CHANGEONS DE VIE
CHANGEONS L'AUTOMOBILE

RENAULT